

۶ شربت متفاوت تابستانی

■ در این هوای گرم هیچ چیز مثل یک شربت خنک والبنه تابستانی نمی چسبد. ما ایرانی ها نوشیدنی هایی که درست می کنیم معمولا خیلی متنوع نیستند. البته به نظر می رسد درست کردن نوشیدنی های جدید و غیر کلیشه ای کار سختی است اما برخلاف چیزی که فکر می کنید برای درست کردن نوشیدنی های خوشمزه فقط کافی است درست کردن هر کدام را بلد باشید. این شش نوشیدنی، تفاوت زیادی با هم دارند. برای اینکه هر بار مجبور نباشید آب میوه های مصنوعی کارخانه ای جلوی میهمان هایتان بگذارید، از دستور درست کردن این نوشیدنی های ساده و راحت استفاده کنید. همه این پیشنهادها طبیعی، مفید و خوشمزه هستند.

۱- شربت ریحان

برای درست کردن این شربت مقوی یکونیم فنجان شکر را با یک و نیم فنجان آب سرد مخلوط کنید و روی حرارت بگذارید. حدود پنج دقیقه صبر کنید تا شکر کاملا حل شود. سپس آن را از روی حرارت بردارید و ۱۰ برگ ریحان در آن بریزید. وقتی سرد شد، ریحان ها را از آن خارج کنید و شربت به دست آمده را با آب رقیق کنید و به همراه یخ و چند برگ ریحان در کنار لیوان یا پارچ سرو کنید.

۲- شربت آلبالو

برای سرو بهترین نوع این شربت معروف ایرانی هسته های آلبالو را درآورید و یک لایه از آن کف قابلمه پهن کنید. مقداری شکر روی آنها بپاشید و بعد یک لایه دیگر آلبالوها را بریزید. سپس قابلمه را روی حرارت ملایم بگذارید تا آلبالوها آب ببندند و پخته شود. باقی مانده میوه آلبالو را می توانید برای آلبالولو کنار بگذارید و شربت باقی مانده را به همراه آب و یخ سرو کنید.

۳- شربت لیمو، پرتقال و زنجبیل

یک پرتقال و یک لیموترش درشت و آبدار را آب بگیرد. سپس یک سانتی متر زنجبیل تازه را برید و با یک قاشق سسل و یک قاشق شکر در غذاساز مخلوط کنید تا کاملا صاف و یکدست شوند. آن را با آب پرتقال و لیمو مخلوط کرده، با آب سرد رقیق و با یخ سرو کنید. برای زیبایی می توانید آن را با برش های پرتقال تزئین کنید.

۴- آیس تی

یک قوری چای بسیار رقیق دم کنید و بعد از اینکه آن را از روی حرارت برداشتید، چند برگ نعناع تازه در آن بریزید. بعد از اینکه چای سرد شد، مقداری شکر در آن بریزید، سپس چند لیوان را از یخ و پودر یخ پر کنید و چای را روی یخ ها بریزید. می توانید با چند برگ نعناع و ریحان آن را تزئین کنید.

۵- آیس کافی با لیمو

در قهوه جوش، به ازای هر فنجان آب، یک قاشق چای خوری قهوه و یک قاشق شکر بریزید. قهوه جوش را روی حرارت بگذارید تا جوش بیاید. سپس آن را از روی شعله بردارید و بعد قهوه را به آرامی در یک ظرف بریزید و یک لیموترش تازه روی آن بچکانید. آن را در فریزر بگذارید و هر چند دقیقه یکبار با چنگال هم بزئید تا شبیه یخ در بهشت شود. زمانی که مخلوط زلای شد آن را سرو کنید.

۶- شربت شاه توت

شاه توت را درست مثل آلبالو لایه لایه به همراه شکر در قابلمه بریزید و روی حرارت بگذارید. بعد از اینکه پخت، می توانید باقیمانده میوه شاه توت ها برای مریا استفاده کنید. شربت به جا مانده را صاف کنید، به همراه یخ و آب سرد رقیق و سرو کنید. می توانید برای زیبایی شربت پارچ آن را با یک قاشق بستنی شاه توت تزئین کنید.

اهمیت نورپردازی مناسب هنگام طراحی

با تغییر دکوراسیون یک محیط از جمله مواردی است که به هیچ عنوان نباید نادیده گرفته شود چرا که با جزئی ترین تغییرات نتایج گوناگونی دریافت خواهید کرد و افزودن یک چراغ رومیزی به فضای نشیمن روی کل فضا تاثیر خواهد گذاشت. در نهایت انتخاب هر گونه وسایل جانبی مانند کلیدها و پریزها و... روی کاربری کلی فضا تاثیر بسزایی دارند و تا حدودی راحتی افرادی که در این محیط قرار می گیرند را تعیین می کند.

شکی نیست که طراحی نور در فضا تاثیر زیادی روی حس و حال فضا و دید افراد نسبت به محیط دارد. برای مثال تصور کنید که وارد مطب پزشکی شده اید که نورپردازی ملایمی دارد و از نور سقفی خبری نیست، چنین محیطی از استرس بیمار می کاهد و برای اکثر ما دلچسب است. انتخاب نور متناسب با محیط مورد نظر احتیاج به اطلاعات کافی درباره انواع مختلف چراغ، لامپ و وسایل جانبی و دیدی باز نسبت به هماهنگی کل فضا دارد.

خانه های امروزی طوری طراحی می شوند که جای لوستر و چراغ های دیواری در آنها تعریف شده است ولی اکثر ما تر جیح

می دهیم به جای این نورهای ثابت، از چراغ های رومیزی و آباژور استفاده کنیم که به راحتی جابه جا می شوند و می توانیم برای نورپردازی هر قسمت از خانه که احتیاج داریم از آنها استفاده کنیم. حتی بعضی از آنها امکان کم و زیاد کردن نور را نیز به ما می دهند که برای موقعیت های مختلف قابل استفاده هستند.

هنگام انتخاب نور مناسب، قبل از هر چیزی باید دقت داشته باشید که هدف تان از نورپردازی فضای مورد نظر چیست، می خواهید کل فضا نور داشته باشد یا برای مثال می خواهید روی یک شیء خاص مثل یک تابلوی ارزشمند تاکید کنید، شاید هم فقط تعیین مسیر ورودی به اتاق پذیرایی برایتان اهمیت داشته باشد. به هر حال چنانچه هدف تان از نورپردازی مشخص باشد، به طور حتم نتیجه کار بسیار دوست داشتنی و خاص خواهد بود.

به طور کلی می توان نورها را به سه دسته تقسیم کرد: دسته اول نورهای هستند که برای کارهای خاص استفاده می شوند مثل چراغ های مطالعه، نورهای طراحی شده برای روی گاز و... از آنجایی که فردی که مشغول مطالعه یا آشپزی است احتیاج به نور کافی برای دیدن آنچه که انجام می دهد، دارد. این دسته از چراغ ها نور زیادی تولید می کنند تا فرد به کاری که انجام می دهد کاملا تسلط داشته باشد.

دسته دوم نورهای محیطی هستند که نور کلی فضا برای دیدن اطراف و افراد دیگر را تامین می کند. این نورها همچنین برای ایجاد حس و حال خاص در محیط استفاده می شوند که در این صورت بهترین نوع کلید، کلیدهای «دیمر» است که با کم و زیاد کردن آنها می توان نور مورد نظر را تامین کرد.

دسته سوم نورهای نقطه ای هستند که برای ایجاد تاکید روی یک شیء خاص استفاده می شوند؛ برای مثال در بالای یک مجسمه زیبا یا یک تابلوی نفیس. شاید هم برای ایجاد تاکید روی تخت خواب یک اتاق خواب بزرگ.
بسه هر حال چنانچه به دنبال ایجاد فضایی شکیب هستید، بهتر است نورپردازی مناسب را نیز در فهرست اولویت هایتان قرار دهید.

خانه

تاثیر نورپردازی در طراحی داخلی

چگونه خانه‌ای پر نور داشته باشیم

مانوش مجدزاده



در محیط‌های داخلی از چند منبع نوری مختلف

برای نورپردازی یک فضا استفاده کنید
برای فضاهایی مانند آشپزخانه، اتاق خواب و اتاق نشیمن چند منبع نوری به شما کمک می کند که حداکثر کارایی را از فضا داشته باشید. نور تعبیه‌شده روی کلتِر آشپزخانه نوری مناسب برای انجام کارهایی است که احتیاج به دقت و نور زیاد دارد. در حالی که یک آباژور پایه‌دار بلند کنار کاناپه راحت اتاق نشیمن بهترین جا ممکن است. در حمام هم نور بالای آینه باید در حدی باشد که سایه روی آینه نیفتد و در عین حال باعث خیرگی نشود. این نور جدای نوری است که برای روشنایی کلی فضا در نظر گرفته شده است.

در انتخاب آباژورها و چراغ‌های رومیزی بیشتر دقت کنید
به کاربری این دسته از نورها کمتر توجه می‌شود

چرا که بیشتر جنبه تزئینی دارند. در حالی که به سادگی می‌توان با تعدادی آباژور یک محیط بزرگ را نورپردازی کرد بدون اینکه نیازی به نور سقفی یا دیواری باشد. البته قبل از هر چیز باید به فضایی فکر کنید که می‌خواهید فقط یک منبع نور به شمار نمی‌روند. آنجا قرار دهید و بررسی کنید که چه مقدار نور برای این فضا احتیاج دارید. گاهی لازم است چند آباژور با نورهای ملایم در دو یا سه نقطه از یک سالن قرار بگیرند در حالی که گاهی یک آباژور بلند با نور بیشتر برای ایجاد نقطه تاکید کافی است. شاید هم دوست داشته باشید از آباژورهای کوتاه رومیزی استفاده کنید.

برای سقف‌های بلند و دکوراسیون‌های مدرن از نورهای مخفی استفاده کنید
در طراحی‌های امروزه، به طور معمول به جای استفاده از چندین لوستر و چراغ‌های دیواری از نورهای مخفی تعبیه‌شده در پشت طاقچه‌ها استفاده می‌شود که هم روشنایی ملایمی به فضای نشیمن و پذیرایی می‌بخشند و

هم جای کمتری را اشغال می‌کنند. چنانچه از کلیدهای دیمِر برای این دسته از نورها استفاده کنید، در هر موقعیت نور متناسب را در اختیار خواهید داشت. لامپ‌های کم مصرف را نیز فراموش نکنید چرا که این نورها دیده نمی‌شوند و چنانچه از ظاهر لامپ‌های کم‌مصرف خوش‌تان نمی‌آید، بهترین موقعیت برای استفاده از آنهاست.

✱ نورپردازی شب را در اتاق کودکان فراموش نکنید

اغلب کودکان از تاریکی شب می‌ترسند، بنابراین هنگام طراحی اتاق کودکان حتما فکری به حال نور شب در این فضا بکنید. یک چراغ خواب با نور ملایم می‌تواند هم مانع ترسیدن فرزندتان شود و هم روشنایی مورد نیاز شما را برای سرزندن‌های شبانه به کودکان تأمین کند و در عین حال به نوبه خود به زیبایی اتاق خواب کودک هم می‌افزاید.

در انتخاب لوستر برای اتاق پذیرایی و فضاهای رسمی دقت کنید

شاید به نظر نرسد ولی لوسترها المان‌هایی بی‌نهایت حساس و تاثیرگذار هستند که عدم دقت در انتخاب نوع مناسب آن می‌تواند روی دکوراسیون کلی فضای خانه تاثیر زیادی داشته باشد. برای مثال چنانچه طرفدار مبلمان و رنگ‌های مدرن هستید، بهتر است سمت لوسترها و دیوارکوب‌های سنگین و کلاسیک نروید، چرا که تناقض آنها در محیط اصلا خوشایند نیست. فقط کافی است برای تهیه لوستر، عواملی مانند سبک دکوراسیون خانه، ارتفاع سقف، نوع نور مورد نیاز محیط و... را در نظر داشته باشید تا نورپردازیتان با سایر عناصر دکوراسیون داخلی همخوانی لازم را داشته باشد.

لامپ‌های LED را نیز فراموش نکنید

سخت است که هم جزو آن دسته از افرادی باشید که طرفدار سفت و سخت لامپ‌های کم‌مصرف و قدیمی هستند. ولی بهتر است برای یکبار هم که شده لامپ‌های LED را امتحان کنید. این دسته از لامپ‌ها با وجود اینکه نسبت به لامپ‌های معمولی گران‌تر هستند ولی از نظر ظاهری هم زیباتر و کوچک‌ترند، هم انرژی کمتری تلف می‌کنند و عمرشان بسیار طولانی‌تر است. لامپ‌های معمولی حدود ۹۰ درصد انرژی را به صورت گرما هدر می‌دهند در حالی که اتلاف انرژی در LEDها تقریبا صفر بوده و هیچ گرمایی پس نمی‌دهند. نکته مثبت دیگر این دسته از نورها، تنوع بی‌نهایت آنهاست؛ چه در رنگ و چه در سایز و میزان نور تولیدی، به طوری که می‌توانید برای هر فضا با هر کاربردی نوع خاصی از آنها را استفاده کنید. ✱ دیوارکوب‌ها فقط یک منبع نور به شمار نمی‌روند یکی از حساس‌ترین نورهای محیط، نورهای دیواری یا دیوارکوب‌ها هستند که در انتخاب آنها باید بسیار دقت کرد. این دسته از نورها به طور معمول در تمام نقاط خانه قابل استفاده هستند. اولین نکاتی که هنگام انتخاب آنها باید به آن توجه کرد کاربری این نور در محیط است. در فضایی مانند اتاق نشیمن، نوری ملایم با فاصله‌ای متناسب با پشتی کاناپه مورد نیاز است که ترجیحا نور به سمت سقف باشد. در حالی که در حمام، نور بیشتر و به سمت پایین بیشتر به کار می‌آید. پس قبل از خرید و نصب نورهای دیواری به کاربرد و محل نصب‌شان دقت کافی داشته باشید تا دچار سردرگمی نشوید. چنانچه در انتخاب نوع لامپ مورد نیازتان هم دچار تردید هستید، می‌توانید با یک طراح داخلی یا یک متخصص برق ساختمان مشورت و با خیال راحت مناسب‌ترین نور برای فضای داخلی منزل‌تان را تهیه کنید.

برای صرفه‌جویی این توصیه‌ها را جدی بگیرید

■ گاهی اتفاقی‌هایی ناخواسته و پیش‌فا افتاده مانند لک‌شدن، نخ‌کش شدن و برق افتادن لباس از جمله مهم‌ترین دلایلی است که ما یک لباس را به‌طور کل کنار می‌گذاریم و از دور لباس‌هایمان خارج می‌کنیم، درصورتی که با رعایت نکاتی ساده و پیش‌فا افتاده می‌توانیم طول عمر آنها را افزایش دهیم و برای مدت‌زمان بیشتری از آنها استفاده کنیم. این راهکارها را استفاده کنید تا زندگی به صرفه‌تری داشته باشید:

۱- اگر لکه شربت‌های شیرین روی لباس‌تان ایجاد شده برای از بین‌بردن، آن را به‌مدت سه تا چهار دقیقه زیر جریان آب سرد قرار دهید و سپس آن را خوب آب‌کشی کنید.

۲- اگر لکه شکلات یا قهوه روی لباس‌تان افتاده پیش از هر چیز آن را درون محلول سرکه و الکل فرو ببرید و اجازه دهید چهار تا پنج دقیقه درون این مخلوط بماند.

۳- برای اتوکشیدن لباس همیشه از جهت راه‌های پارچه این کار را اتمام دهید تا لباس‌تان کش نیاید و تغییر فرم ندهد.

۴- برای اتوکشیدن پارچه‌های بافت‌دار مثل پارچه‌های کبریتی بهتر است آنها را پشت و رو کنید تا هنگام اتوکشیدن موجب نخ‌کش شدن لباس نشود.

۵- برای پیشگیری از برق افتادن لباس هنگام اتو کردن باید سطح پارچه را با اسپری اتو مرطوب کنید تا پارچه لباس‌تان برق نیفتد.

۶- همیشه قبل از آنکه لباس را درون ماشین لباسشویی بیندازید یا با دست بشوید، درز پاره شده یا درفتگی آن را بدوزید تا این مساله موجب نخ‌کش شدن لباس نشود.

این نکته‌ها شما را متفاوت می‌کند

شاید احساس کنید که همیشه در خانه مشکل دارید و فوت‌وفن خانه‌داری را نمی‌دانید اما ما به شما کمک می‌کنیم تا بهترین باشید. با اجرای این تکنیک‌ها خواهید دید چگونه کنترل آشپزخانه‌تان را به بهترین نحو به دست خواهید گرفت.

–برای پیشگیری از جوانه‌زدن سبزمینی در سبد آشپزخانه باید آنها را در محیطی به دور از رطوبت و روشنایی قرار دهید.

–اگر برنج‌تان دودگرفته شده برای از بین‌بردن بوی دود آن، یک پیاز یا سیب‌زمینی را پوست بکنید و چند شیر روی آن ایجاد کنید تا بوی برنج را به‌خود جذب کند.

–برای از بین‌بردن سوختگی تدیگ یا روغن



درون قابلمه یا تابه بهترین روش آن است که نصف لیوان سرکه و نصف لیوان آب را درون ظرف بریزید و آن را روی حرارت کم بگذارید.

–برای آنکه کیک شما به راحتی از قالب جدا شود بهترین روش این است که پیش از ریختن کیک درون ظرف کف ظرف‌تان شکر بپاشید.

–اگر می‌خواهید گوشتی نرم و ترد داشته باشید، گوشت خود را به‌مدت ۴۵ دقیقه درون مخلوطی از روغن زیتون و سرکه بخوابانید.

–برای جرم‌گیری سینک دستشویی آن را برای ۱۵ دقیقه از آب و سرکه پر کنید و سپس آن را با کمک اسکاچ بشوید.

–اگر از بدلیجات استفاده می‌کنید بهترین روش برای تمیزکردن آنها پاک‌کردن ظاهر زیورآلات با خاکاره یا پودر ماشین‌لباسشویی است.

–اگر تصمیم دارید با کمک چاقو نان را ببرید پیش از بریدن نان، چاقو را به‌مدت یک‌دقیقه درون آب جوش فرو برید.

–اگر تصمیم دارید از موزه‌ایتان برای مدت طولانی استفاده کنید، باید آن را درون آلومینیوم ببندید و درون ظرف میوه بخمال قرار دهید.

اگر می‌خواهید خانه‌ای متفاوت داشته باشید هم این توصیه‌ها را در مورد دکوراسیون منزل به کار بگیرید:
برای زیباتر به‌نظر رسیدن مبل‌های خانه‌تان بهترین روش تزئین مبل‌ها با کوسن‌های رنگارنگ است. انتخاب دقیق و متناسب کوسن با مبلمان خانه از مهم‌ترین نکاتی است که به زیبایی خانه کمک می‌کند.

–اگر مبلمان خانه‌تان استیل است یا طراحی مدرن و ویژه دارد، هرگز برای آن از کوسن‌هایی با طرح سنتی یا طرح‌های اسلیمی و گلیمی استفاده نکنید.
–برای خانه‌هایی که در آنها مبلمان سنتی و قدیمی استفاده شده بهترین بهتر است از کوسن‌هایی با طرح سنتی مثل گلیم یا گبه استفاده کرد.

–از دیدگاه طراحان داخلی، استفاده رنگ‌های قرمز، نارنجی، قهوه‌ای و آجری با مبلمان سفید یا رنگ‌های سرد مثل آبی و سرد جایز نیست.

–همیشه بیاد داشته باشید که کوسن‌های چهارگوش بهترین کوسن‌ها برای افزایش زیبایی اتاق نشیمن هستند.

–مراقب باشید هرگز از کوسن‌های فانتزی یا عروسکی برای تزئین اتاق نشیمن استفاده نکنید، این کوسن‌ها برای اتاق کودکان مناسب هستند.

برای آنکه همیشه خانه‌تان خوشبو باشد

■ ایسن توصیه‌ها به کار خانم‌های خانه‌داری که می‌خواهند کدبانو باشند، می‌آید. این توصیه‌ها خانه شما را متفاوت خواهد کرد:

۱- برای از بین بردن بوی غذا در خانه آلبومیوی تازه را درون یک لیوان آب حل کرده و با کمک افشانه آن را در هوا اسپری کنید.

۲- می‌توانید چوب دارچین را در دو لیوان آب بجوشانید و اجازه دهید بوی آن در خانه پخش شود. این یک خوشبوکننده طبیعی و آرامش‌بخش است.

۳- استفاده از عودهای خوشبوی صندل، یاسمن، چوب و دیگر رایحه‌های طبیعی نیز برای از بین بردن بوی غذا یا خوشبو کردن فضای خانه بسیار مناسب است.

۴- ایسن را بدانید که عطر واتیل یکی از رایحه‌های مطبوعی است که بیشتر خانم‌ها و کودکان از آن لذت می‌برند. استفاده از رایحه واتیل در خانه علاوه بر آنکه موجب خوشبویی خانه می‌شود، موجب افزایش اشتهای اعضای خانواده نیز می‌شود. کافی است پنبه‌ای را با عصاره واتیل آغشته کنید و درون یکی از دکورهایتان روی میز قرار دهید. این پنبه را می‌توانید روی میز ناهارخوری هم بگذارید.

۵- یک شیوه قدیمی برای خوشبوکردن کمد لباس‌ها، استفاده از گیاهان معطر مانند میخک، زنجبیل و دارچین درون کیسه‌ای نازک است. این شیوه عالی است فقط باید به طور دایمی گل‌های داخل کیسه را عوض کنید.

می‌توان با نعنان داغ و بقیه مواد تزئین کرد.

چند نکته در مورد آش رشته:

می‌توان به آش عصاره گوشت اضافه کرد.

زردچوبه‌اش باید بیشتر از حد معمول سایر غذاها باشد.

از سیرداغ فقط برای تزئین استفاده کنید.

سبزی آش بهتر است درشت باشد (جعفری، شوید، تره، گشنیز و اسفناج)

کاجی

مواد لازم:

آرد گندم: یک پیمانه

کره: ۱۰۰ گرم

شکر: ۲ پیمانه

گل‌اب: یک چهارم پیمانه

زعفران ساییده‌شده: به

میزان دلخواه

آب: ۳ پیمانه

طرز تهیه:

یک‌روز قبل حبوبات را خیس کرده و چند بار آب آنها را عوض می‌کنیم و بعد لوبیا و نخود را با یک قاشق چایخوری نمک با آب زیاد یک ساعت می‌پزیم و سپس در آبکش می‌ریزیم و سیرداغ و پیازداغ را هم با مخلوط روغن و کره آماده می‌کنیم. سپس ۱۰ لیوان آب، عدس، زردچوبه، حبوبات، سبزی و نصف پیاز داغ را یک ساعت با حرارت معمولی می‌پزیم بعد یک پیمانه آب سرد می‌ریزیم و کم‌کم با آرد مخلوط می‌کنیم و پنج دقیقه هم می‌ز نیم و بعد رشته‌ها را از وسط نصف می‌کنیم و به همراه نیمی از کشک در آش می‌ریزیم. این آش را

