کافه‌ترانزیت

مقبول همه، برای همه فصل‌ها

امیر صدری

■ **یک توضیح مجدد**

در روزی که این صفحه در میان صفحات بخش «زندگی» روزنامه شرق پا گرفت، توضیح دادم که لذت بردن از غذا پختن و غذا خوردن، به خودی خود کاری مذموم نیست و حتی می‌تواند جزو نقاط شادی‌بخش زندگی فردی و اجتماعی انسان‌ها باشد. آنچه در این صفحات به آن می‌پردازیم معرفی رستوران‌ها، محصولات و مواد غذایی و غذاهایی است که می‌توانیم از خوردن آنها لذت ببریم و حتی باعث سلامت ماندن جسم و روح خود شویم در این صفحات قرار نیست برای اسراف یا مصرف‌گرایی تبلیغ شود و قرار هم نیست که از مواد غذایی سالم و مضر تعریف و تمجید شود اما سیاست کلی صفحه این است که به نویسندگان آن اختیار داده شود تا حس لذت بردن خود از یک رستوران، ماده غذایی یا غذایی پخته شده را با خوانندگان در میان بگذارد.

شاید در این میان نویسنده‌ای بخواهد از تمایل و علاقه خود به چیپس، پفک، بستنی، یا حتی سوسیس و کالباس بنویسد، درست که این مواد غذایی خیلی سالم و موجه نیستند اما آزادی یعنی دادن حق انتخاب به انسان‌ها. هر فردی می‌تواند برای خودش تصمیم بگیرد که چه بخورد و چه نخورد و شاید اصلا فردی که عاشق پفک نمکی یا بستنی شکلاتی است به خاطر آنکه وزن خود را کنترل کند یا سالم بماند برنج و روغن‌های اشباع و شیرینی‌جات و سایر مواد پرکالری کم‌ارزش را از رژیم غذایی خود حذف کند اما روزی یک بستنی یا یک پفک بخورد، این حق اوست و نمی‌توان این حق را از او گرفت، در صفحات دیگر همین بخش و در بخش‌های دیگر روزنامه، صفحات متعددی در مورد سلامت جسم و روان منتشر می‌شوند که در تمام آنها می‌توان مطالبی در مورد چه بخوریم و چه نخوریم یافت، پس می‌توان حداقل به آنهایی که از غذا خوردن لذت می‌برند هم سهم کوچکی داد تا در مورد آنچه می‌خورند بنویسند و البته ما همچنان پذیرای نقطه‌نظرات خوانندگان محترمی هستیم که در روزهای اخیر به این صفحه توجه کرده‌اند. هر نقطه‌نظری، انتقاد یا تمجید، پیشنهاد یا اصلاح برای یک روزنامه‌نگار خوشحال‌کننده است چرا که مسیر مطلوب خوانندگان را به او نشان می‌دهد.

و اما بعد:

نوشتن من در مورد غذاهایی که دوست دارم به بار سوم کشید، این بار هم از یک غذای پلویی می‌نویسم که البته برخلاف دوبار قبلی شیرین

نیست: باقالی‌پلو، یکی از غذاهای محبوب من و فکر می‌کنم اکثریت ایرانیان است. برای این ادعایم دلیل هم دارم چرا که یکی از پاهای ثابت میهمانی‌های مجلل و مراسم عروسی و نامزدی همین باقالی‌پلو است که طبیعی است خواهان فراوان آن را جلوتر از بسیاری از غذاهای دیگر قرار می‌دهند. طعم باقالی‌پلو چیست؟ جالب است که نمی‌توانم بگویم این پلوی محبوبم چه طعمی است، نه شیرین است، نه ترش، نه تلخ، نه حتی ملس (مثل فسنجان ملس) اما مساله این است که باقالی‌پلو، تقریبا در هر شکلی خوشمزه است. این پلو تنها پلویی است که آن را با گوشت مرغ، گوشت گوسفند، ماهیچه، و حتی گوشت گردن خورده‌ام و تمام آنها هم برایم لذتبخش بوده است.

سبزی‌هایی که برای پخت آن به کار گرفته می‌شوند بوی خوبی هم دارند و همین باعث می‌شود که لذت خوردن آن قبل از شروع خوردن آن آغاز شود البته این تفاوت آن با رقبایی مثل آلبالو پلو و شیرین‌پلو هم هست. خوبی باقالی‌پلو در این است که حتی اگر شوید خشک و باقالی فریزری هم در پخت آن استفاده کنید مزه آن فرقی نمی‌کند اگرچه شاید استفاده از باقالی تازه در فصل بهار کمی پلو را خوشمزه‌تر کند اما غذایی که با شوید تازه یا خشک و باقالی تازه یا فریزری درست شود خیلی تفاوت مزه ندارند. اما نکته مهم این است که باید دقت شود که نسبت پلو به سبزیجات اندازه باشد تا غذا تلخ نشود و میزان نمک آن هم بسیار مهم است تا غذا بی‌نمک یا شور نشود. یک نکته حاشیه‌ای دیگر در مورد این غذا هم انتخاب همراه آن است. دیده‌ام که بعضی آن را با ماست می‌خورند و بعضی با ماست‌وخیار، برخی با سالاد کاهو و برخی با سالاد شیرازی و برخی هم با ترشی یا شور، شاید این انتخاب همراه در مورد تمام غذاها صادق باشد اما تنوع انتخاب‌ها در مورد این پلو شاید بیشتر از بقیه باشد (مثلا کمتر دیده‌ام کسی قورمه‌سبزی را با ماست بخورد یا همراه آلبالو پلو ترشی بخورد).

و یک نکته دیگر، تقریبا باقالی‌پلوهای تمام رستوران‌های تهران که تاکنون امتحان کرده‌ام خوشمزه و حداقل در حد استاندارد بوده‌اند اما پیشنهادهای ویژه من رستوران الوند در خیابان ولیعصر و رستوران زرج در خیابان هویزه هستند.

پرسه در رستوران ژاپنی «ذن»

یک میز برای تمام مشتریان

فرناز قادری

باید باور کنید رستوران ژاپنی «ذن» با همه رستوران‌هایی که رفته‌اید، فرق می‌کند از فضا و دکوراسیون تا غذایی که پیش روی شما می‌گذارند.

احتمالا از دور و نزدیک شنیده‌اید غذاهای ژاپنی به‌خصوص سوشی با ذائقه ایرانی سازگار نیست ولی شنیدن، کی بود مانند دیدن! به جای اینکه به شنیدن داستان‌های دیگران درباره این نوع غذا با ماهی نپخته ادامه بدهید، خودتان آن را تجربه کنید؛ شاید شما هم به گروه مخالفان غذای ژاپنی بپیوندید ولی این بار حداقل معیار قضاوت سلیقه خود شماست. علاوه بر این در رستوران «ذن» منوی چند صفحه‌ای، تنوع غذایی خوبی را در اختیار مشتری قرار می‌دهد و باعث می‌شود که کسی گرسنه از رستوران بیرون نیاید.

وارد رستوران نه چندان بزرگ «ذن» در مجتمع پارک پرنس که می‌شوید از تعداد زیادی میزهای کوچک و بزرگ خبری نیست. در ابتدای در ورودی چند میز دو یا سه نفره چیده شده است و بقیه رستوران به یک میز بزرگ گردان اختصاص دارد. مشتریان دایمی «ذن» نشستن پشت میز بزرگ را انتخاب می‌کنند، شما هم همین کار را بکنید و نگران تقسیم میزتان با دیگران نباشید. میز بزرگ به جز فضای روبه‌روی شما، در سطحی بالاتر دارای یک صفحه گردان است که غذاها در بشقاب‌های رنگی از جلوی شما رد می‌شوند و خودشان را نمایش می‌دهند.

برای شناخت غذاها عجله نکنید، هنوز زمان انتخاب غذا نرسیده؛ گارسون همزمان با آوردن منو، شما را به یک فنجان چای سبز میهمان می‌کند تا در آرامش غذای‌تان را انتخاب کنید. در مدت زمانی که شما با منو سرگرم هستید و سعی می‌کنید غذاهایی را که از جلوی شما می‌گذرد با لیست منو تطبیق بدهید، گارسون کاسه کنار دست شما را با کمی سس سویا پر می‌کند و ظرف کوچکی شامل دو نوع ترشی طرف دیگر شما می‌گذارد. این ترشی‌ها تجربه طعم جدیدی هستند که اگر به تندی مثل تندی زنجبیل علاقه دارید، از آن خوشتان خواهد آمد. می‌توانید منو را کنار بگذارید و از میان غذاهای روی سطح گردان انتخاب کنید، بشقاب غذایی را بردارید که از قیافه و ظاهر آن خوشتان می‌آید.

بشقاب‌ها کوچک و غذاهایی که درون آنها هستند؛ ظاهری زیبا و جذاب دارند اما مقدار آنها مختصر است. به همین دلیل می‌توانید تا جایی که احساس سیری می‌کنید از بشقاب‌ها بردارید؛ هر بشقابی را که بر می‌دارید، بعد از صرف غذای درون آن طرف راست خود بچینید تا براساس بشقاب‌های خالی شده برای شما صورت حساب صادر شود. نحوه محاسبه هم به این شکل است: غذاها در چهار رنگ بشقاب مختلف، آبی، زرد، قرمز و نارنجی چیده شده‌اند. هر رنگ قیمتی دارد که در منو درج شده است. سوشی هم بین همان بشقاب‌هاست ولی خودتان را درگیر شناسایی آن نکنید؛ اول امتحان و بعد قضاوت کنید. با حرف‌هایی که قبلا شنیده‌اید و پیش داوری به سراغ سوشی نروید. بیشتر غذاهای روی میز گردان، غذاهای اصیل ژاپنی هستند که در مقایسه با ذائقه ایرانی کم نمک محسوب می‌شوند چون ژاپنی‌ها برای طعم‌دار کردن غذاها به جای نمک از سس سویا استفاده می‌کنند؛ کاسه سس سویا هم به همین دلیل کنار دست شما گذاشته شده تا به جای پاشیدن نمک غذایتان را در سویا فرو ببرید. غذاهایی که روی میز گردان می‌بینید؛ اغلب شکل دلمه دارند یعنی با ظرافت خاصی پیچیده شده‌اند و به آنها رول می‌گویند؛ به همین دلیل می‌توانید به راحتی با چوب غذاخوری ژاپنی آنها را بردارید در سس سویا فرو بوده و نوش جان کنید. خوردن غذای چینی با چوب به دلیل رشته‌ای بودن مواد غذایی سخت است اما غذاهای ژاپنی و از جمله سوشی، لقمه پیچیده‌ای است که می‌توانید به راحتی با چوب بخورید.

بیشتر غذاهای روی میز گردان، غذاهای اصیل ژاپنی هستند که در مقایسه با ذائقه ایرانی کم نمک محسوب می‌شوند چون ژاپنی‌ها برای طعم‌دار کردن غذاها به جای نمک از سس سویا استفاده می‌کنند

اگر غذاهای روی میز گردان جذبتان نکرد، سراغ منو بروید؛ آنجا لیست بلند بالایی از انواع غذاهای ژاپنی است که مورد پسند بیشتر مشتریان با سلایق مختلف قرار می‌گیرد. انتخاب را از پیش‌غذا شروع کنید؛ پیشنهاد من تست میگوست؛ پیش‌غذای خوشمزه‌ای که در رستوران‌های دیگر فرصت تجربه آن را ندارید. سوپ‌های «ذن» هم تنوع خوبی دارند: سوپ تند و ترش با گوشت، سوپ نودل با میگو، سوپ مرغ، قارچ و اسفناج، سوپ میسو و سوپ دریایی. فکر نکنم هیچ کدام از این سوپ‌ها را تجربه کرده باشید یا بتوانید در جایی دیگر جز رستوران ژاپنی «ذن» امتحان کنید. سوپ دریایی مورد پسند کسانی است که به ماهی و سایر غذاهای دریایی، آن هم به شیوه آب پز علاقه دارند. برای دریایی دوستان، سالاد دریایی هم در منو هست تا چشم و دلشان را از غذاهای دریایی پر کنند. سایر سالادها هم مانند سالاد مرغ با سس بادام، سالاد مخصوص با سس زرشک و سالاد ژاپنی با سس میگو، اختصاصی‌هایی هستند که فقط در این رستوران می‌توانید بخورید و به تجربیات غذایی خود بیفزایید. اگر دنبال یک سالاد سبزیجات ساده می‌گردید، سالاد مخصوص با سس زرشک انتخاب خوبی است. این سس قرمز رنگ ترشی مطبوع و خوشمزه‌ای دارد. بخش رول و ساشیمی‌های منو، همان‌هایی هستند که اغلب آنها را روی میز چرخان می‌بینید و اگر یک مدل خاص از آنها مورد نظر شما و همراهان‌تان است، می‌توانید یک بشقاب شامل هشت تکه از یک نمونه خاص را سفارش بدهید. براساس سلیقه خودتان می‌توانید رولی با مرغ، سالمون، خرچنگ، میگو و گوشت سفارش بدهید. غذاهای بخش بشقاب مخصوص روی میز گردان دیده نمی‌شود و باید حتما سفارش بدهید. تمپورای مرغ، میگو و لابستر غذاهای خاص و سفارشی «ذن» هستند. تمپورای میگو و مرغ شبیه مرغ یا میگوی سوخاری است که همراه با سبزیجات سرو می‌شود. نحوه طبخ تمپورا به گونه‌ای است که میگو یا مرغ به اندازه شیوه طبخ سوخاری آن در روغن فرونمی‌رود و به همین دلیل سنگین نمی‌شود.

و البته یک نکته مهم و شاید مهم‌ترین نکته این است برای رفتن به رستوران «ذن» باید بودجه بیشتری را به نسبت رستوران‌های دیگر کنار بگذارید چون این رستوران در گروه رستوران‌های لوکس و گران‌قیمت قرار دارد اما این فقط ویژگی «ذن» نیست بلکه هر کجای دنیا که بخواهید غذای ژاپنی را تجربه کنید باید هزینه بالاتری متحمل شوید چون برخلاف غذاهای چینی که غذاهایی ارزان قیمت در تمام دنیا هستند، غذاهای ژاپنی به گران بودن شهرت دارند و در واقع شماری از گران‌ترین رستوران‌های جهان رستوران‌های ژاپنی هستند.

چاشنی

کورن فلکس از کجا آمد؟

■ کلاگز بزرگ‌ترین کارخانه تولید غلات صبحانه در دنیا است. اولین محصول کلاگز در ابتدای کار برای مصرف دارویی و سلامتی استفاده می‌شد. این محصول کلاگز، کورن فلکس بود که در «انستیتوی وسترن هلت ریفورم» به وجود آمد. این سازمان عجیب و غریب براساس ایده تصفیه روح از طریق رژیم غذایی با استفاده از غلات و حبوبات بنا شده بود. دکتر جان هاروگ کلاگ سال ۱۸۷۶ کارشناس ارشد موسسه بود و به همراه برادرش ویلیام، اولین غله مخصوص صبحانه را با هدف پیشگیری از سوءهاضمه به بازار عرضه کرد. در سال ۱۹۰۶، ساختمان چوبی کارخانه نیز به علت آتش‌سوزی، تخریب گردید و ویلیام ناچار شد از صفر شروع کند. پس از پشت سر گذاشتن شکست اولیه، شرکت که نامش را به کلاگز تغییر داده بود، با تکیه بر کمپین‌های فشرده تبلیغاتی به سرعت رشد کرد. پس از تلاش‌های فراوان ویلیام، در آن سال به دلیل چاپ یک آگهی در نشریه «لیدیز هوم جورنال»، فروش سرال‌های کلاگز از ۳۳ جعبه در روز به ۲۹۰۰ جعبه افزایش یافت. در اوایل قرن بیستم، در حقیقت نام تجاری کلاگز بلند پروازترین سفارش‌دهنده آگهی‌های تبلیغاتی در سراسر دنیا بود. در سال ۱۹۱۱ بودجه‌ای که شرکت برای تبلیغات اختصاص داده بود، در حدود یک میلیون دلار بود. بزرگ‌ترین تابلوی تبلیغاتی دنیا تا آن زمان، به سفارش کلاگز در میدان تایم نیویورک نصب شد. هدف شرکت این بود که حروف لوگوی کلاگز را تا جایی که ممکن است، برای مردم آشنا سازد. استفاده از حروف لوگو، سوژه اصلی تمام آگهی‌های کلاگز بود و این لوگو روی تمام جعبه‌های سرال چاپ می‌شد. پس حتی قبل از اینکه انواع دیگر سرال‌های کلاگز وارد بازار شود، کلمه کلاگز اهمیتی معادل کلمه «کورن-فلکس» پیدا کرد. تمرکز روی نام تجاری کلاگز، یعنی نام تجاری‌ای که بر اساس ارزش‌هایی چون طعم، اطمینان و سلامتی به وجود آمد. از سال ۱۹۴۰، سرال‌های کلاگز، با انواع ویتامین‌ها غنی شدند. این امر نشان می‌داد که مشتریان حاضر نیستند سرال‌های مشابه ارزان‌تری را جایگزین نام آشنای کلاگز کنند. حالا محصولات کلاگز در ۱۹ کشور تولید می‌شود و در بیش از ۱۶۰ کشور در سراسر دنیا به فروش می‌رسد. کلاگز اکنون بیش از ۳۱ هزار کارمند دارد و با فروش سالانه بیش از ۱۲ میلیارد دلار، پیشگام تولید غلات صبحانه در دنیاست.

کباب به شیوه بین‌المللی

نسخه فرانسوی، نسخه ترکی

این نوع کباب با طعمی بسیار مطبوع و مزه‌ای متفاوت می‌تونه خیلی مورد توجه ایرانی‌ها که کباب‌ها یکی از غذاهای اصلی اون‌ها رو تشکیل می‌ده قرار بگیره. ما اغلب عادت کردیم فقط گوشت رو به سیخ بکشیم یا در نهایت در ماست و پیاز و آبلیمو گوشت رو بخوابونیم و کباب درست کنیم. در اینجا نوع متفاوتی از کباب رو به شما آموزش می‌دم که بسیار خوشمزه است:

مواد لازم:

گوشت مرغ یا گوسفند: به مقدار لازم /یک کیلو
پیاز درشت: یک عدد
پودر لیمو عمانی: یک قاشق غذاخوری
رب گوجه فرنگی: یک قاشق غذاخوری
ماست: دو قاشق غذا خوری
زعفران آب کرده: دو قاشق غذاخوری
سیر: یک حبه
روغن زیتون: یک فنجان
فلفل سیاه – فلفل قرمز و نمک: به مقدار دلخواه

طرز تهیه:

ابتدا پیاز رو درشت خرد می‌کنیم و سپس با نمک مخلوط می‌کنیم. این عمل باعث می‌شه پیاز ما آب بندازه. کمی با دست پیاز و نمک رو ورز می‌دیم. سپس ده دقیقه‌ای صبر می‌کنیم تا حسابی آب پیازها خارج بشه و بعد پیازهای درشت رو دور ریخته و آب پیاز رو نگه می‌داریم. سپس یک عدد سیر رو رنده ریز کرده به این مخلوط اضافه می‌کنیم. سایر مواد رو هم اضافه کرده و خوب هم می‌زنیم تا با هم به خوبی مخلوط بشن. حالا گوشت رو اضافه کرده و خوب مخلوط می‌کنیم. روی ظرفمون رو یک لایه سلفون پیچیده و این گوشت رو به مدت یک‌ساعت در یخچال نگهداری می‌کنیم تا خوب مزه‌دار بشه. بعد از یکساعت گوشت‌ها رو به سیخ کشیده و کباب می‌کنیم.

این نوع کباب که در کشورهای عربی تهیه و به کباب لبنانی معروف هست، یکی از غذاهای پر طرفدار به شمار می‌آد و طعم و مزه بسیار خوبی داره. همچنین ذکر این نکته ضروریه که بهتره اگر گوشت ما سفت هست، یک عدد کیوی رو رنده کرده و به مخلوط بالا اضافه کنیم و یا در صورت موجود بودن، از آب میوه آناناس تازه رنده شده استفاده کنیم که بی‌نهایت گوشت رو خوش طعم و ترد و لطیف می‌کنه. همانطور که می‌دونید آشپزی یک هنر به حساب می‌آد. شما می‌تونید با توجه به ذائقه خودتون خیلی از مواد رو کم یا زیاد کنید. مثلا می‌تونید از ریحان یا سبزیجات خشک پودر شده و یا فلفل دلمه‌ای رنده شده و یا آب لیموی تازه یا رب انار یا آب انار یا آب پرتقال یا رنده پوست پرتقال و بسیاری ادویه‌جات مثل کاری و زیره و زنجبیل و جوز هندی و... برای مزه‌دار شدن کباب خودتون به دلخواه استفاده کنید که استفاده از هر کدوم می‌تونه مزه‌ای متفاوت به شما بده.

کباب ترکی خانگی

مواد لازم:

مغز ران گوساله: ۵۰۰ گرم
روغن مایع: ۵ قاشق غذاخوری
پودر سیر: ۱ قاشق چای خوری
نمک و فلفل سیاه: به مقدار لازم
پیاز رنده شده: ۱ عدد
گوجه فرنگی رنده شده: ۲ عدد
آویشن: ۱ قاشق مرباخوری
سیر: ۲ تا ۳ حبه
آلومینیوم و یا کاغذ روغنی: ۱ تکه
نان: چند تکه
گوجه فرنگی: ۳ تا ۴ عدد
پیاز: ۲ عدد
فلفل کبابی: ۳ تا ۴ عدد

طرز تهیه:

گوشت را به تکه های نازک به اندازه کف دست ببرید. مواد سس را آماده کنید و گوشت را داخل این سس بگذارید تا چند ساعت داخل این سس در یخچال بماند. گوشت را از سس در بیاورید و روی آلومینیوم فویل اول سه چهار تکه در پایین بعد روی آن همه تکه‌های گوشت را بچینید و با آلومینیوم محکم بپوشانید. آن را در فریزر بگذارید تا خوب یخ بزند بعد از آنکه از فریزر در آوردید قبل از اینکه یخ‌اش باز شود برشهای خیلی نازک بزنید. در یک ماهی تابه روغن بریزید و گوشت را سرخ کنید. پودر سیر، نمک و فلفل به آن اضافه کنید. لای نان را با گوشت، پیاز خلال شده، برشهای گوجه و فلفل پر کنید (سس گوشت را با پیاز رنده شده - گوجه فرنگی رنده شده - روغن مایع - آویشن - سیر له شده - نمک و فلفل تهیه کنید).

نکته: ۱- این غذا برای بچه‌هایی که از خانه به مدرس تغذیه می برند بسیار مغذی می باشد ۲- مقداری پروتئین و آهن به بدن می رساند. این مقدار مواد برای چهار نفر در نظر گرفته شده است.

کباب فرانسوی

مواد لازم:

گوشت فیله گوساله برای هر نفر: ۳۰۰ گرم
پیاز: یک عدد
تره‌فرنگی: شش عدد
هویج: دو عدد
روغن زیتون: سه قاشق غذاخوری
نمک و فلفل: به میزان لازم
لیمو و فلفل دلمه‌ای: برای تزیین به میزان لازم

طرز تهیه:

گوشت را به قسمت‌های مساوی و مکعبی شکل بریده و در مخلوط پیاز، روغن زیتون، نمک و فلفل به مدت دو ساعت می‌خوابانیم. سپس با سیخ چوبی یا فلزی به صورت یکی در میان همراه با تره‌فرنگی کباب کنید. برای دورچین می‌توانید از هویج، فلفل دلمه‌ای و لیمو استفاده کنید.

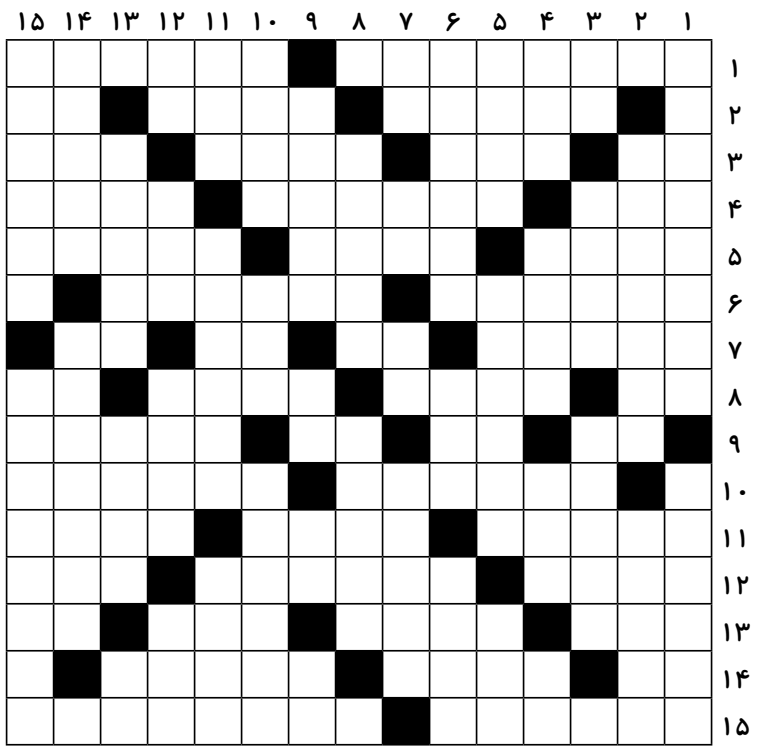
جدول ۱۱۷۱

افقی:

۱- اولتیماتوم- شهری در شرق استان گیلان ۲- روشنایی اندک از دور- جانشین- مرغ می‌رود ۳- چهره شطرنجی!- به جا آوردن- راغب- محل و مکان ادبی ۴- همداستان «رامین»- اقدام به کاری- گوشواره ۵- زمین خراب و غیرقابل کشت- همدم- آفات و مصیبت‌ها ۶- شهری در استان خوزستان- معروف و مشهور ۷- جانور پستاندار کوچک درختی بومی آمریکا که همه‌چیزخوار و شبگرد است- ماه فرنگی- از آفات نباتی- آزاده کربلا ۸- پسوند نسبت- گشاد- سنگ مرمر- تعجب خانم‌ها ۹- تیر پیکان‌دار- گلابی- حرف حرکت اسب در شطرنج- شهری در همدان ۱۰- همصدا و متحد- مشهور به خوبی در جامعه ۱۱- مذهب‌ها- ورزش تمرکز ذهن- پایتخت کشور جزیره‌ای «نائورو» ۱۲- غلاف شمشیر- کمیسر- در کنار رایانه می‌نشیند ۱۳- زادگاه حضرت ابراهیم (ع)- فروختن چیزی با قیمتی پایین‌تر از قیمت اصلی آن- سلاح روباه- هنوز فرنگی ۱۴- بله روسی- برده و بنده- نام پادشاه کیانی پدر سیاوش ۱۵- نام سه تن از شاهان سلسله ساسانی- هنگام صبح

عمودی:

۱- عملیات بندبازی- کشوری پهناور در شمال آمریکا موسوم به «انبار غله دنیا» ۲- گزارشگر رمانتیک و پرشور شبکه سه سیما- در مثل موش داره ۳- درست به اندازه- بسیار سیر کننده- پس از طی دوره بخشی از وظایف پرستاران را انجام می‌دهد ۴- صدا- پایه و رکن اساسی موسیقی ملی ایرانی- مادر- صرع ۵- صاحبان اصلی حکومت جمهوری اسلامی ایران- پذیرش در اصطلاح سیاست- نام دو تن از فقهای شیعه ۶- روش‌های ریاضی شامل حساب انتگرال و حساب دیفرانسیل- سرآغاز مکالمات تلفنی- بسیار حمله‌برنده به دشمن ۷- از غلات- اشاره بعید- مغز سر- استانی در غرب معروف به «عروس زاگرس» ۸- شهر پیامبر (ص)- جمع زوج ۹- کوتاه و ناقص- نقش بازیگر- شکم‌بند طبی- ویتامین گوجه فرنگی ۱۰- پایگاه- اثری از «فرانتس کافکا» نویسنده اهل چک- کامل نشده ۱۱- سال آذری- رسوایی و بی‌آبرویی- کسادی بازار ۱۲- گاه از سرچشمه گل‌آلود است- مگر- از ضمایر منسوب به ملک- جایز ۱۳- اندام‌ها- مخلوقات- خطایی در فوتبال ۱۴- در کدام نقطه و محل هستی؟!- مقابل یکدیگر (چهره به چهره) ۱۵- از صفات خداوند متعال- بی‌مرگ و جاودان- کوچک‌ترین کشور همسایه ایران



حل جدول ۱۱۷۰

	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
۱	ا	و	ر	ا	ز	ا	ن	■	م	ه	ر	ا	ب	ا	د
۲	ج	■	خ	م	ی	ر	ه	■	ش	م	و	ل	■	ن	ی
۳	م	د	■	ل	ر	د	■	م	ک	د	ر	■	ف	ا	و
۴	د	ر	س	■	ک	و	ر	س	■	ل	■	ب	ر	ن	ا
۵	ن	د	م	ا	■	ا	د	ع	ا	■	ب	ر	ا	د	ر
۶	چ	ا	ن	د	ا	ن	■	و	ی	ت	ر	ی	ن	■	ه
۷	ف	ل	و	ب	ر	■	ب	د	■	ل	ا	■	ک	پ	■
۸	ی	و	■	ا	س	ر	ا	ر	ن	ا	م	ه	■	ا	م
۹	■	د	م	■	ن	ی	■	ا	و	■	د	و	ا	ر	ه
۱۰	ک	■	ت	ر	ا	پ	ر	ی	■	م	ه	ا	پ	ا	د
۱۱	ا	ق	و	ا	ل	■	ا	گ	ر	ا	■	ر	ا	و	ی
۱۲	ه	ن	ر	ی	■	م	■	ا	م	ل	ا	■	ن	ا	ف
۱۳	د	ا	م	■	ر	و	ا	ن	■	ا	ل	ب	■	ن	ق
۱۴	ا	ر	■	ش	ا	ط	ر	■	ا	گ	ا	ه	ی	■	ی
۱۵	ن	ی	ر	و	م	ن	د	■	ب	ا	غ	ا	ی	ن	ه

سودوکو Sudoku یک واژه ترکیبی ژاپنی به معنای عددهای بی‌تکرار است و امروزه به جدولی از اعداد گفته می‌شود که به عنوان یک سرگرمی رایج در نشریات کشورهای مختلف به چاپ می‌رسد.

حل سودوکو ۱۷۷

۸	۳	۱	۴	۷	۶	۲	۹	۵
۵	۷	۲	۹	۳	۸	۶	۴	۱
۶	۹	۴	۱	۲	۵	۷	۳	۸
۱	۶	۷	۳	۸	۹	۴	۵	۲
۳	۵	۸	۲	۱	۴	۹	۷	۶
۲	۴	۹	۶	۵	۷	۱	۸	۳
۴	۸	۵	۷	۶	۱	۳	۲	۹
۷	۱	۳	۸	۹	۲	۵	۶	۴
۹	۲	۶	۵	۴	۳	۸	۱	۷

سودوکو ۱۷۸

					۹			۵
	۱	۷		۶				۴
۲		۹		۴	۱			
					۲			
		۴		۱	۶	۹	۵	
	۵	۱				۴		
۱				۷			۳	
	۹				۴	۷		۱
	۳	۶					۴	۹

قانون‌های حل جدول سودوکو:

۱- در هر سطر و ستون باید اعداد یک تا ۹ نوشته شود. بدیهی است که هیچ عددی نباید تکرار شود.

۲- در هر مربع ۳×۳ اعداد یک تا ۹ باید نوشته شود و در نتیجه هیچ عددی نباید تکرار شود.