

نکات خانه داری

چنگال

چنگال میوه خوری هرگز آنها را در آب خیس نکنید و همراه ظرف های دیگر شستن آن را به بعد موکول نکنید، زیرا تیغه و دسته آن زیبایی خود را پس از مدتی از دست خواهد داد.



بررسی اینکه آیا روغن مانده در مایهتابه هنوز قابل استفاده است یا نه، یک تکه نان سفید داخل روغن بیندازید، اگر نان، ذرات تیره رنگی را در اطراف خود ایجاد کند مشخص می شود روغن قابل مصرف مجدد نیست، و در غیر این صورت هنوز قابل استفاده است .

در صورتی که محیط داخل حمام به گونه ای طراحی شده که در آن شیشه وجود دارد، توجه داشته باشید که این شیشه ها باید از جنس پلاستیک یا شیشه نشکن باشد تا موجب بردگی و پارگی شدید پوست در صورت شکستن نشوند .

قبل از اینکه شروع کنید، فهرستی از تمام چیزهایی که باید تمیز شوند، تهیه کنید. کارها را بر اساس هراتاق تقسیم کنید و زمانی برای هر کار در نظر بگیرید، به این ترتیب می توانید بسته به زمان لازم برای هر کار، حتی از زمان های اضافه بسیار کوتاه مانند پخش آگهی .

اگر مواد غذایی به طور صحیح بسته بندی شوند و به سرعت در نمای فریزر سرد شوند، کیفیت خود را بیشتر حفظ کرده و مدت ماندگاری شان افزایش می یابد ولی پس از گذشت زمان استاندارد، اگر چه مواد غذایی به ظاهر سالم هستند، اما هیچ گونه ارزش تغذیه ای نداشته و به تالفه تبدیل می شوند .

اگر شمع بر روی کاغذ دیواری چکید و کاغذ دیواری غیرقابل شستشو است ، اول شمع را با کارت از روی دیوار جدا کنید . سپس با یک مداد پاک کن آن را خوب تمیز کنید .

یک راه سریع برای عطراگین کردن محیط خانه، استفاده از گرامسات، شمعاً می توانید یک یا ۲قطره از اسپری یا عطر مورد علاقه تان را روی حباب لایب چراغ اتاق درحالی که روشن است اسپری کنید. سپس چراغ را روشن کنید. گرمای چراغ بوی عطر را در محیط اتاق پراکنده می کند .

اگر می خواهید شروع به سرخ کردن سبزی یا موادی بکنید که مطمئن هستید هم خودتان و هم دیگر اهالی خانواده از بوی حاصل از آن ناراحت می شوند، پیش از شروع کار ابتدا هواکش های داخل آشپزخانه را روشن کرده سپس مقداری سرکه سفید را در کاسه ای بریزید .

برای پختن تخم مرغ به صورت آب پز یا عسلی ، یک قاشق غذا خوری نمک در آب سرد بریزید و بعد تخم مرغ ها را در آن قرار دهید تا آن ترک برداشتن تخم مرغ خن پخت جلوگیری کند .

اگر می خواهید سفره غذا، همیشه تمیز باشد و بوی غذا و چربی ندهد، هر بار پس از استفاده با آب و کمی سرکه به وسیله یک قطعه ابن سفره را پاک کرده و خشک کنید.

محافظت

و نحوه استفاده از فرش

پادری در قسمت ورودی ها باید استفاده شود تا آلودگی را جذب کند . آنها از کثیفی بیش از حد، شن، ریگ و دیگر چیزها و ورود آنها به خانه جلوگیری می کنند و همین پادری نیز باید بطورمنظم تمیز شوند تا خودشان منبع چرک و آلودگی نشوند.

از زیر فرشیهای مناسب استفاده کنید ، شما باید از یک لایه مناسب در زیر قالی ها استفاده کنید مخصوصا در منزل های قدیمی که در زیر آنها یک لایه های محافظتی در زیر صندلی ها و دیگر لوازم تا سنگینی اجسام را تقسیم کند . از قرار دادن صندلی ها و لوازمی که در زیر آنها چرخ دارد (چرخ دار) بودن استفاده از لایه های محافظتی بر روی فرش خوداری کنید مخصوصا برای قالی می تواند باعث خرابی و خسارت شود .

تمیز کردن قالیچه های ای موضعی :
اگر بر روی قالی خود در بعضی قسمتها از قالیچه استفاده کرده اید مطمئن باشید که مرتباً آنها را تمیزی کنید. از پرزهای زیر وپایین قالی بخوبی مراقبت کنید آنها را تمیز و بارسانزی کنید. همچنین قبل از استفاده از قالیچه ها از ثابت بودن رنگ آنها مطمئن شویدچرا که بعضی از آنها ممکن است رنگ پس بدهند . بعد از تمیز کردن فرش و قالی قبل از قرار دادن دوباره قالیچه بر روی آن اجازه دهید کاملاً خشک شوند.

کم طول مدت بر خورد مستقیم آفتاب
کند کنید.
با استفاده از پرده کرکره ، چادرهای سایبانی و … از تماس مستقیم آفتاب با قالی به مدت طولانی جلوگیری کنید .
جارو زدن مهمترین قدم برای محافظت از قالی می باشد:
قالی را به طور منظم و دقیق جارو

بانوی دریا



پودر لیاسشویی یا هر نوع ماده پاک کننده مخلوط کرده وبا استفاده از یک پارچه تمیزمقداری از این مخلوط را روی لکه به مدت ۵ دقیقه قرار دهید تا پارچه لکه را به خود بکشد .

اگر با یک آب گرم شسته و خوب خشک کنید و این عمل را تا تمیز شدن کامل ماده پاک کننده ادامه دهید. هنگامی که لکه پاک و فرش کاملاً خشک شد ، محل را با جارو برقی جارو کنید .

● نظافت کلی

جارو به تنهایی نمی تواند از فرشتابیان محافظت کند:

اگر چه جارو زدن تمام آلودگی ها و گرد و غبار را پاک می کند، ضروری است که قالی را طبق قوانین خاصی بطور منظم برای رفع چربیها ، شیرینیها و ته مانده های چسبیده فرش تمیز کنید.

چیزهایی که از بین نمی رود. اینگونه آلودگی ها نتیجه بخارهای حاصل از آشپزی، آلودگی هوا و…می باشد. ذرات لکه لاله باربروی فرش بدون صفحه محافظ درج رنگ قالی را کدر کند،رنگ قالی از بین نمی رود اما در زیر لایه ای از چرک و کثیفی پنهان می شود. اگر اجازه دهید که اینگونه آلودگی ها بر روی هم انباشته شوند، در جای

۳- از گذاشتن گلدان و یا درختچه بدون ظرف محافظ برروی فرش یا کنار آن خودداری کنید اغلب پوسیدگی فرش ناشی از آبهای اضافی پای گلدانها می باشد.

۴- در صورتیکه ناحیه ای بیشتر از دیگر نواحی فرش مورد رفت و آمد قرار می گیرد فرش را به صورت مناسبی جابجا نمایید تا همواره طول سطح فرش در همه جا یکسان باشد.

۵- برای یکنواخت ماندن سطوح فرش بهتر است هر شش ماه یکبار فرش سرو ته شود.

۶- تمیز کردن هفتگی بر روی فرش سبب بالا بردن کیفیت و زیبایی آن در زمان طولانی می گردد.

۷- طولانی به حجم استفاده و رفت و آمد برروی فرش حداقل دوبار در هفته استفاده از جاروبرقی مناسب پیشنهاد می گردد.

۸- عملیات جارو زدن فرش بهتر است توسط جاروبرقی ضربه زن با پرزهای بلند انجام گیرد مخصوصا در مناطقی که رفت و آمد بیشتری داشته است. لازم به ذکر است: که عمل وکیوم کردن توسط جاروبرقی تنها گرد و غبار سطحی را از بین می برد.

۹- کیسه های جاروبرقی را هر چندوقت یک بار باید چک نمود و حتی الممقدور در صورتی که نصف آن پر شده آن را تخلیه کنید.

۱۰- در تمام ورودی ها پادری قرار دهید. استفاده از پادری مناسب سبب بالا بردن طول عمر فرش می گردد.

۱۱- پادری ها باید به صورت منظم تمیز شوند.

۱۲- از گذاشتن اجسام داغ برروی فرش خودداری کنید.

۱۳- فرش ها باید به وسیله دیگر برای داشتن نوام بیشتر نیاز به مراقبت ویژه دارد . تمیز کردن مرتب آن به بالا بردن دوام آن کمک زیادی می کند

● حفاظت و نگهداری

۱- از گذاشتن اشیا سنگین و نوک تیزو لوله باربروی فرش بدون صفحه محافظ درج رنگ قالی می ماند، می تواند به تدریج رنگ قالی را کدر کند،رنگ قالی از بین نمی رود اما در زیر لایه ای از چرک و کثیفی پنهان می شود. اگر اجازه دهید که اینگونه آلودگی ها بر روی هم انباشته شوند، در جای

با خدا آغاز کنید



پاک ،برای خداوندی که با شما راه می رود ،باز کنید .
دوباره و دوباره ،باز هم دوباره فضاهای الهی تان را باسکوت پر کنید .
به طوری که همراه الهی تان با شما سخن بگویند .
قلب و ذهن تان را بر الهام خداوند باز کنید .

فیلتر ودهانه پودر را به طور منظم تمیز کنید .
داشته باشید که تمیز کردن این قسمتها در ماشین لیاسشویی به کاهش مصرف برق و افزایش عمر مفید آن کمک می کند .

هر اندازه تعداد دورهای آبکشی در دقیقه بیشتر باشد اگر چه خشک کردن سریع تر لباسها را موجب می شود ، اما این کارمجر به افزایش مصرف انرژی ماشین لیاسشویی خواهد شد.

بنابراین اگر امکان خشک کردن لباسها را در هوای آزاد و در زمان طولانی تر دارید، بهتر است از دور کم آبکشی استفاده کنید .

استفاده از لوله کشی آب گرم برای استفاده در ماشین لیاسشویی بسیار مفید خواهد بود .
ماشین لیاسشویی را تا حد ظرفیت کامل آن پر نمایید.
ظرفیت ماشین لیاسشویی را بر حسب کیلوگرم بخوانید و لباسها را متناسب با ظرفیت دستگاه بارگذاری نمایید.
در صورت بکارگیری ماشین با ظرفیت غیر کامل ، علاوه بر استفاده از ماشین در دفعات بیشتر باعث استهلاک ماشین و هدر رفتن انرژی خواهیم شد .
در حالی که دستگاه هایی که درورودی آنها از بلاست،بالای آنها بدون استفاده باقی می ماند.

۵ از گذاشتن اشیا سنگین و نوک تیز و لوله دار برروی فرش بدون صفحه محافظ خودداری شود اجسام سنگین تر به صفحه محافظ بزرگتری نیاز دارند.

آشپزی

کلموک

کلموک (بچه ماهی)

مواد لازم:
نیم کیلو کلموک
دو عدد پیاز متوسط
سه قاشق رب گوجه فرنگی
روغن چهارقاشق غذاخوری
لفل و ادویه و نمک به میزان لازم
طرز تهیه:
کلموک ها را پاک می کنیم تمیز شسته به مدت یک ساعت نمک می زنیم.
پیازها را خلال کرده ، روغن داغ ریخته همین که پیاز تفتیده شد کلموکهای شسته را در آن می ریزیم .
زردچوبه و فلفل به آن می افزایشیم ، سپس صبر می کنیم تا کلموک ها خوب در پیاز و روغن سرخ شوند، رب گوجه را در آن ریخته ادویه را در آخر کار می ریزیم ، پنج دقیقه به هم زده از روی آتش بر می داریم .

غذای فوری

مواد لازم
۴۵۰ گرم گوشت
نمک و فلفل
یک حبه سیب بزرگ
روغن زیتون با انگور
دوعدد فلفل سبز، قرمز و زرد
یک عدد پیاز کوچک و
۱۲ عدد گوجه گیلاسی
طرز تهیه

گوشت را به رشته های بارنگ تقسیم کنید .
سپس به میزان دلخواه به آن نمک و فلفل بزنید .
سیب را پوست گرفته و خرد کنید .
در تابه ای روغن ریخته وپیازخردشده را در آن برای دو دقیقه تفت دهید تا کاملاً نرم شود .

سپس گوجه فرنگی ها را همراه با فلفل دلمه ها در برش های طولی خرد کنید و تفت دهید.
در تابه ای دیگر گوشت ها را باسببروی حرارت ملایم به گونه ای تفت دهید تا به آرامی پخته شود .

سپس سبزیجات تفت داده شده را به آن اضافه کرده وبرای ۱۰ دقیقه بگذار آنها رابه آرامی با هم تفت دهید .
می توانید برای چند دقیقه در ظرف بگذارید تا به آرامی با هم با حرارت پخته شود .

بن تو

طرز تهیه:
وقتی کره را آب می کنند و روغن درست می کنند بعد از صاف کردن روغن ، روغنی که ته دیگ می ماند مقداری خرما در دیگ انداخته و با کفگیر خوب خرما را در روغن له می کنیم تا باقیمانده کره و خرما با هم شریک شوند.
این خرما را معمولاً پیش از ظهر یا قهوه می خوردند که در این دوره دیگر از آن اثری نیست .

همسرانه

رمز و راز شادی



خدا می داند چقدر شادی زیر پا له می شود، صرفاً چون مردم در آسمان دنبال آن هستند و به زیرپایشان توجهی نمی کنند.
وقتی یکی از درهای شادی بسته می شود، دری دیگر بازی می شود، اما اغلب ما آنقدر به در بسته چشم می‌دوزیم که آن دری را که برپیمان باز شده است، نمی بینیم.

شادترین افراد کسانی هستند که مثبت ترین افکار را در سر می‌پرورانند.
دو چیز است که در زندگی هدف واقع می‌شود: اول، به دست آوردن آنچه می‌خواهی و سپس لذت بردن از آن.
فقط عاقل‌ترین انسان در دومی موفق می‌شود.
شادمانی داشتن آنچه می‌خواهی نیست، بلکه خواستن تمام چیزهایی است که داری.
هیچ وظیفه‌ای به اندازه وظیفه شاد بودن دست کم گرفته نمی‌شود.
رمز شادمانی در این نیست که آدم دوست دارد چه کار کند، بلکه در این است که آدم کاری را که مجبوراً انجام دهد، دوست داشته باشد.
شادی مثل قصرقصه‌های شاه پریان است که ازدهایی از دروازه‌اش نگهبانی می‌کند.
باید بجنبیم تا بر آن پیروز شویم.
فقط یک راه به سوی شادی وجود دارد و آن دست کشیدن از نگرانی بابت چیزهایی است که در ماورای قدرت و اراده ماست.

مرغ فروشی

نمازی

فروش کلی و جزئی

قطعه کردن مرغ با دستگاه کاملاً بهداشتی

مسئول : امیدوی
ران ، سینه ، جگرستان ، دل ، تخم مرغ، بال ، کرون ،کف
❑ **بندر لنگه خیابان انقلاب-جنب**
❑ **شیرینی فروشی نمازی**
❑ **تلفن : ۰۹۱۷۹۵۳۴۷۱-۲۲۴۳۸۸۳**

سلامتی و تندرستی را با مصرف آبزیان در خود تقویت

کنید

➤ **روابط عمومی اداره کل شیلات هرمزگان**