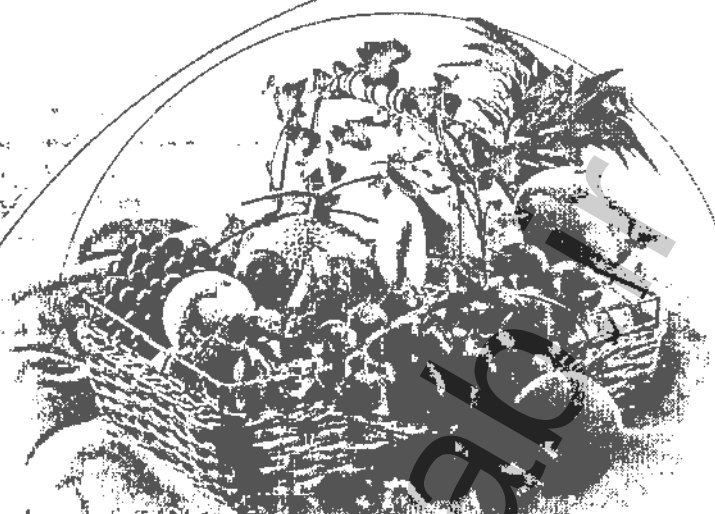




در کلام معصومان علیهم السلام

راز خوراکیها

Edibles Secret



فاطمه سادات اشرفی

انتشارات یاقوت

راز خوراکیها

تهیه و تنظیم / فاطمه سادات اشرفی

ناشر / یاقوت

چاپ اول / ۱۳۸۷

شمارگان / ۲۰۰۰

چاپ / یاسین

قیمت / ۱۵۰۰ تومان

شابک / ۹۷۸-۹۶۴-۷۶۸۲-۶۶-۴

انتشارات یاقوت

م. ج. خیابان انقلاب - چهارراه ستادیه - جنب بانک سپه

تلفن: ۷۷۲۱۳۵۸ - ۷۷۲۱۳۵۹ / فکس: ۷۷۲۱۳۵۸ - ۷۷۲۱۳۵۹



فهرست

۹	مقدمه
۱۲	آب
۱۵	انگور
۱۷	انار
۲۰	آلو
۲۱	انجیر
۲۲	آس (مورد)
۲۳	آمله
۲۴	آویشن
۲۵	آبهل
۲۶	اسفرزه
۲۶	برنج
۲۸	به
۳۰	بالنگ
۳۲	بادمجان
۳۳	باقلا

۳۴	پیاز
۳۵	پنیر
۳۶	پیه
۳۷	سبزی پخته (تربت)
۳۸	تخم مرغ
۳۹	ترنج
۴۰	توت
۴۰	تره تیزک (تره شاهی)
۴۱	تره
۴۲	ترب
۴۳	چغندر
۴۴	جاورس یا گاورس (یا ارزن)
۴۵	جو
۴۵	حلیم
۴۶	حلوا
۴۷	خرفه
۴۸	خربزه
۴۹	خرما
۵۱	خیار
۵۲	دراج (گوشت طیهو)
۵۲	ذرت
۵۲	روغن

۵۴	روغن زیتون
۵۵	روغن بنفشه
۵۶	ریحان
۵۷	زیتون
۵۸	زردک
۵۸	سبزی خوردن
۵۹	سرکه
۶۰	سیب
۶۲	سنجد
۶۳	سیر
۶۳	شکر
۶۵	شلفم
۶۵	شیر
۶۶	عسل
۶۷	عناب
۶۸	عدس
۶۹	قاویت (سویق)
۷۱	قارج
۷۲	کاسنی
۷۳	کاهو
۷۳	کرفس
۷۴	کدو

۷۴	کماة
۷۵	کباب
۷۵	کله
۷۶	کشمش
۷۶	کلابی
۷۷	گردو
۷۷	گشنیز
۷۸	گوشت
۸۰	ماست
۸۰	ماش
۸۰	ماهی
۸۲	مثلثه
۸۲	مژزه
۸۲	موز
۸۳	لویا
۸۳	نان
۸۴	نمک
۸۵	نخود
۸۶	هویج
۸۷	منابع
	۶۷

مقدمه

با یاد و نام خداوند متان، که همیشه راهگشای انسانها از ظلمت به سوی نور می‌باشد و پیامبران را برای تزکیه و تعلیم انسانها مبعوث کرده و با عنایت به اینکه کلام چهارده معصوم علیهم‌السلام تمامی و در همه زمینه‌ها نور می‌باشد، لذا حقیر فکر کردم که جمع‌آوری این سخنان گهربار در زمینه خوراکیها می‌تواند مفید بوده و کاری در خور تأمل و تعمق باشد، ولی چون قطره‌ای از دریا نگاشتن را نیاز به تجارب بسیار و علم فراوان است، بنابراین پیشاپیش قصور خود را تأیید کرده و دست یاری به سوی تمام کسانی که این کتاب را مطالعه می‌کنند دارم.

امید است دعای خیر و یاری آنها، باعث توفیق گردد. بر خود لازم می‌دانم از حاج آقای مولوی ناشر محترم و حاج آقا امراللهی که زحمات فراوانی در انتشار این کتاب تقبل نموده‌اند، تشکر کنم و این اثر را به استاد بزرگوارم حضرت آیه‌الله حاج سید رحیم توکل (مدظله‌الشریف) تقدیم می‌نمایم.