



إثراء

بهارات/توابل

بهار:

طبيعي , مجفف أو مصنع , كمية قليلة منه تعطي طعم غني ورائحة قوية للمأكولات والمنتجات المختلفة.

البهارات تضيف إلى مطابخنا روائح وطعم اتو لكن لا تستعمل فقط للطبخ , يصنعون منها مواد للرائحة ومواد للتجميل مثل : الصابون , الشامبو , معجون أسنان , كريمات , عطور و مواد أخرى ...

كثير من المواد التي تصنع من البهارات , لديها صفات وخصائص طبية مثل : تعقيم الجروح وتخفيف الألم , يستعمل أيضا لعلاج القحة , البرد (أنفلونزا), الأم البطن ... انفعالية نباتات البهار ضد الجراثيم تقسر مدى أهميتهم في حفظ المأكولات .

إن لنباتات البهار تاريخ طويل , ممكن إيجاد أسماء لهم في التوراة وفي عدة أساطير عن بلاد غربية و بعيدة وفي قصص المغامرات التي خرج فيها أشخاص في جولات للبحث عن نباتات بهارات خاصة .

يقولون حتى أن اكتشاف أمريكا ثم بعد خروج كلومبوس للتفتيش عن طرق جديدة لإحضار بهارات من الهند وباقي بلدان الشرق , إلى أوروبا , في ذلك الوقت كانت البهارات عالية القيمة وقُدرت بالذهب اليوم أيضا هناك بهارات خاصة ثمنها غالي جدًا مثل : عصا الفانييل , بهار الزعفران المنتج من أزهار الكركم وسعر الكيلو الواحد آلاف الدولارات... وهذا سبب كافٍ للخروج إلى جولات ومغامرات للبحث عنه .

الكلمة بهار " تُبهر " لنا مصطلحات في اللغة العربية , حين نريد أن نصف شخص ينقصه حسن فكاهي أو فيه ملل نقول " ينقصه قليل من الفلفل " وعندما نصف شخص انه تكلم جيدًا أو أضاف بعض الفكاهات أو القصص المثيرة نقول " لقد بهر كلامه " .

هدف الفعالية :

إثراء وزيادة معلومات في موضوع التوابل /بهارات .

المواد :

- مختارات من التوابل/ البهارات بأنواعها المختلفة والعديدة 20-15 نوع من التوابل .

- كؤوس بلاستيك صغيرة الحجم لوضع كل نوع من التوابل بها مع تغطية الكأس مادة داكنة وبها ثقوب لمحاولة نشر التوابل وهكذا ممكن معرفة أي نوع من التوابل في داخل كل كأس .
- وعاء فيه حساء (شوربة) مطهو (قبل بداية الفعالية) , يجب أن يحو بالحساء الكثير من أنواع التوابل .

سير الفعالية :

1. نُعرض للأولاد البهارات الموجودة بداخل الكأس , لمحاولة معرفة أي نوع من البهار موجود داخل الكأس بحس بحاسة الشم .
2. نَذَوِّق – معرفة أي بهارات موجود في داخل الحساء .
3. تحضير شاي مع التوابل (بهارات) وسماع قصة عن עץ הדפנה- شجرة الغار .

قائمة البهارات/ التوابل :

- (1) اورجانو (نوع من التوابل)
- (2) زعتر
- (3) زنجبيل
- (4) نعن
- (5) ليمونيت
- (6) ميرميه
- (7) كُسبرة
- (8) روزمرين
- (9) جنجير
- (10) حبق
- (11) ريحان



أسطورة شجرة الدفنا – الغار

قصتنا حدثت في اليونان البعيدة على جبل لاو ليمبوس مكان سكن الالهة , "افولو" الهالشمس , خرج معمر كبتهم جنود هلال صيد في الغابة , وبينما هو يصطاد وقعت عينيه على **دڤناه** الجميلة التي كانت تغتسل في البحيرة , الاله "افولو" وقع في حبها كثيرًا مناو لنظرة , توجهل **دڤناه** ليتحدث معها لكنها خافت منه وبدأت بالهرب , افولو الذي لم يميز خوف **دڤناه** بدأ ير كضوراء هامة معمر كبتهم حاول ان يهدأ **دڤناه** بكل محبوحنان .

في النهاية , حينادر كتنا فولو اقتر بمنها وبعد لحظات سوف يمسكها توجهال بالالهة طالبة الرحمة , فاستجابتلها افرو ديت , الهالحبو الجمال , وحولتها الشجرة – شجرة ال**دڤناه** .

بعد لحظات وصل افولو بالشجرة , فهما نحبها لجامحالي **دڤناه** ادبال بنتائج مؤلمة , وفي محاولة اخيرة ليفسر ل**دڤناه** حُبها لها اخذا غصان من الشجرة ووضعها لتاج علر أسه او هو ماز الحتاليو ميتجول مع هذا التاج علر أسه .

ومنذ ذلك اليو معتبر تاجاز هار ال**دڤناه** رمزاً محترماً للالهة , مني نتصر في المبار ياتيعو دمعتا علر أسه ايضاً القياصرة .