

توت شیرینی

این شیرینی جزء شیرینیهای اصیل، خوشمزه و مفید است که معمولاً برای عید تهیه می‌شود.

مواد لازم:

بادام آسیاب شده / ۱۰۰ گرم -
پودر قند / ۱۰۰ گرم -
گلاب / ۲ قاشق غذا خوری



طرز تهیه:

برای درست کردن پودر بادام ابتدا بادامهای با پوست را حدود سه ساعت داخل آب خیس می‌کنید تا پوست آن به راحتی کنده شود. بعد از پوست کردن بادامها آنها را روی پارچه‌ای تمیز پهن کنید و در جای خشک و گرم قرار دهید تا کاملاً خشک شوند. بعد از آماده شدن آنها را آسیاب کنید تا پودر بادام آماده گردد. حالا پودر بادام، پودر قند و گلاب را باهم مخلوط کنید و با قاشق هم بزنید. بهتر است گلاب را کم اضافه کنید تا مخلوطتان نرم و یکدست گردد. بعد از مخلوط شدن مواد با دست شروع به ورز دادن مواد کنید تا مخلوط به صورت خمیری یکدست در بیاید. از خمیر تکه‌هایی برداشته و با دست به شکل توت درست کنید و بعد با خلال پسته تزئینش کنید. گاهی به این خمیرها رنگها و اسانسهای خوراکی اضافه کنید می‌توانید علاوه بر شکل توت اشکال میوه‌های دیگری مثل گلابی، زرد آلو، توت فرنگی و... را هم با آن درست کنید.

جعبه کادویی هر می

می‌توانید هدایای کوچک عید خود را داخل این جعبه هر می بگذارید و به بهترین‌ها هدیه بدهید. می‌توانید از کاغذها با رنگها و طرحهای مختلف استفاده کنید. البته با بزرگتر کردن اندازه ضلعهای مربع می‌توانید جعبه کادویی بزرگتری هم درست کنید.

لوازم مورد نیاز برای ساخت جعبه کادویی

کاغذ رنگی (مقوای نازک برای ساخت)

روبان یا نخ

خط کش

مداد

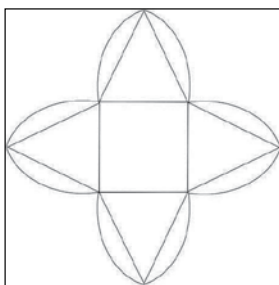
قیچی

دستگاه پانچ یا سوراخ کن

**

ابتدا الگو را روی یک کاغذ با مداد و خط کش به طور دقیق رسم کنید. مثلاً یک مربع به ضلع ۲۰ یا ۳۰ سانت بکشید و بقیه طرح را مانند الگو روی آن پیاده کنید. سپس با قیچی به آرامی طرح را روی کاغذ ببرید و بعد با خط کش لبه‌های کار را تا کنید.

بعد هر چهار طرف راس هر مثلث را پانچ کنید. بعد از گذاشتن هدیه داخل جعبه، روبانهای رنگی را از چهار سوراخ ایجاد شده رد کنید و در جعبه را ببندید. به همین راحتی جعبه کادو تشکیل و زیباییتان آماده است.



بهداشت و زیبایی

عید نزدیک است و همه تلاش می‌کنند ظاهرشان را عوض کنند. به همین دلیل دست به کارهایی می‌زنند که امکان دارد معایبش بیشتر از محاسنش باشد؛ مانند جزغاله شدن در دستگاه‌های سولاریوم، التهاب پوست و... مشکل زمانی به وجود می‌آید که برای بار اول و آن هم درست قبل از تعطیلات عید سراغشان بروند چون ممکن است به جای اینکه از دیدن قیافه جدیدتان خوشحال شوید، جرأت نکنید به آینه نگاه کنید. پس مراقب پوست و کارهایی که می‌خواهید انجام دهید باشید.

لیزر پوست ممنوع!

چند روز مانده به عید تصمیم می‌گیرید پوستتان را لیزر کنید تا جوانتر به نظر بیایید. تصور می‌کنید جای لک و جوشها از بین می‌روند اما اگر با این تصور آن هم چند روز مانده به عید سراغ لیزر می‌روید، بدانید قضیه به همین سادگی‌ها هم نیست و اگر اهل دید و بازدید هستید یا مسافرتی در پیش دارید این کار را شب عید انجام ندهید، در غیر اینصورت به احتمال زیاد پشیمان می‌شوید!

راههایی برای لطافت پوست...

رفع خشکی - سیب زمینی تمیز را ورقه ورقه کنید. دراز بکشید و ورقه‌ها را روی چشمها بگذارید. اجازه دهید ۱۰ دقیقه روی چشمهایتان بماند، سپس صورتتان را با آب ولرم شستشو دهید. به عقیده بعضی متخصصان سیب زمینی شیرین خواص قابضی دارد و می‌تواند احتباس آب در ناحیه زیر چشمها را کاهش دهد. اگر وقت بیشتری دارید در منزلتان بابونه هم پیدا می‌شود، نصف فنجان بابونه دم کنید. اجازه دهید در یخچال خنک شود و با پنبه دور چشمها بزنید.

لایه برداری پوست - مقداری از کرم لایه بردار را روی لایف زده و با حرکت‌های دورانی روی پوست بدن بکشید. بازوها، پشت پاها، رانها، به خصوص آرنجها، زانوها و پاشنه‌ها را لایه برداری کنید البته این کار را در زمان مناسب انجام دهید زیرا ممکن است بعضی از پوستها به مواد لایه بردار حساس باشند.

* اگر روز اول عید با چشمهای پف کرده و گود رفته از خواب بیدار شدید و درست همان روز نیز قرار مهمانی دارید از یک قالب یخ استفاده کنید. یک تکه یخ کوچک را در دستمال تمیز پیچیده و با حرکت‌های دورانی دور و زیر چشمها بمالید. سفیده تخم مرغ را جدا کرده و قبل از رفتن به مهمانی با نوک انگشت به زیر چشمها بزنید. حدود ۱۰ دقیقه صبر کنید سپس صورتتان را بشویید.

* خانه را مثل دسته گل کرده اید اما یادتان باشد که مواد شیمیایی شوینده‌ها دمار از پوست دستهایتان درمی‌آورد. یک قاشق غذاخوری روغن بادام شیرین، نصف قاشق غذاخوری نمک و سه قطره روغن اسطوخودوس را با هم مخلوط کنید. ترکیب به دست آمده را به آرامی و با حرکات دورانی روی پوست دستها بمالید. در مرحله بعدی باید به فکر مرطوب کردن پوست دستهایتان باشید. برای این کار نیم لیتر شیر را با پنج قاشق غذاخوری عسل مخلوط کنید. اجازه دهید دستهایتان به مدت ۱۰ دقیقه در این محلول بماند. سپس یک دستمال گرم یا کیسه فریزر به دستها بپیچید و ۱۰ دقیقه دیگر نیز صبر کنید. در نهایت می‌توانید دستهایتان را شستشو دهید. خواهید دید که لطافت به دستهایتان برمی‌گردد.

* یک سوم فنجان بلغور جو دو سر را با نصف فنجان آب گرم مخلوط کنید. اجازه دهید دو تا سه دقیقه بماند. سپس دو قاشق غذاخوری ماست شیرین، دو قاشق غذاخوری عسل و سفیده یک عدد تخم مرغ را به آن اضافه کرده و هم بزنید. مواد را هم بزنید تا یکدست شوند. ماسک را روی صورتتان بگذارید و بعد از ۱۵ دقیقه با آب ولرم شستشو دهید و کمی کرم مرطوب کننده بزنید.

