

# زمان کاشت سبزه عید نوروز و نکاتی برای داشتن سبزه پر پشت

بهترین زمان کاشت سبزه عید نوروز برای بذرهای مختلف چیست ؟ با چه بذرهایی می‌توان سبزه درست کرد؟

سبزه یکی از آن سین‌های اصلی است که همیشه در سفره حضور دارد. خیل‌ها (بخصوص قدیمی‌ها) معتقدند سبزه را باید خود اهالی خانه سبز کنند. خیل‌ها هم فقط به وجود سبزه در سفره هفت سین اعتقاد دارند اما مهم نیست که آن را خودشان درست کرده باشند یا از مادر و خواهر گرفته باشند و یا آن را از بازار خریده باشند. اگر بلد نیستید سبزه را خودتان درست کنید می‌توانید از همین الان شروع کنید و خودتان را محک بزنید.

## با چه بذرهایی می‌توان سبزه درست کرد ؟

مرسوم است که بیشتر با گندم، عدس، ماش، قره ماش، لوبیا و نخود سبزه را درست کنند. اما اگر بخواهید سبزه متفاوت داشته باشید با تخمه آفتابگردان و باقالی خشک هم می‌توانید سبزه درست کنید!

راحت‌ترین سبزه‌ای که زود به عمل می‌آید گندم است. گندم را از یک هفته مانده به عید هم می‌توان سبز کرد اما باقی دانه‌ها را باید حداقل از ۱۲ روز قبل شروع به سبز کردن کنید. باقالی و تخمه هم که فقط سه روز خیس خوردنشان وقت می‌خواهد!

در مورد زیبایی سبزه‌ها نیز گفتنی است که سبزه‌های ماش و عدس ریز و پر پشت هستند و بالای ساقه سبزه‌ها برگ‌های ریزی وجود دارد که آن را بسیار زیبا می‌کند. سبزه گندم صاف و مستقیم است و نمونه پروتوتایپ یک سبزه است و سبزه تخم آفتابگردان و باقالی خیلی درشت و بانمک هستند!



#انتشارات\_رویای\_آبی

## روش کلی کاشت سبزه عید نوروز :

مقداری از بذر دلخواه را برداشته (نه زیاد و نه کم) و در کاسه‌ای بریزید و آن‌ها را خوب بشویید.

بگذارید با کمی آب که لا به لای بذرها قرار می‌گیرد به مدت ۶ ساعت (یک شب تا صبح) بماند.

بذرها را درون یک آبکش خالی کرده و اجازه دهید آبشان برود.

یک پارچه نازک را زیر شیر آب خیس کنید و سپس خوب بچلانید تا آبش گرفته شود.

بذرها را از درون آبکش در وسط پارچه نمناک بریزید و پارچه را گره بزنید و درون کاسه بگذارید.

تا یکی دو روز اجازه دهید به همین حالت بماند و جوانه بزند. منتهی چک کنید که پارچه نمدار باشد.

بعد از اینکه پارچه را باز کردید و متوجه شدید جوانه‌ها چون دار هستند بذرها را به طرفی که دوست دارید منتقل کنید.

سپس پارچه را دوباره خیس کرده و آب آن را بگیرید و روی سبزه بیاندازید (این کار را باید تا سبز شدن کامل سبزه ادامه دهید و همواره پارچه نمدار روی جوانه‌ها قرار داشته باشد).

در طول ایام عید هر روز باید به سبزه‌ها آب بدهید. روزی دو بار

(صبح و شب) سبزه‌ها را زیر شیر آب بگیرید (از بغل آب بدهید که نظم سبزه‌ها با فشار آب به هم نخورد) و بعد آب ظرف را خالی کنید.

حتما حتما هر شب که میهمان‌ها رفتند یا از میهمانی برگشتید سبزه‌هایتان را در حیاط یا بالکن یا پشت پنجره بگذارید تا هوای خنک به آن‌ها برسد و گرنه به ۱۳ به در نرسیده زرد میشوند.

## **نکات طلایی پر پشت شدن سبزه عید نوروز**

✓ از ظروف فلزی برای سبز کردن سبزه استفاده نکنید.

✓ استفاده از ظروف سفالی و در درجه دوم چینی نتیجه بهتری خواهد داشت تا ظروف پلاستیکی (ولی سفالی به چیز دیگست)

✓ از هر بذری که می‌خواهین استفاده کنید ۲۴ ساعت قبل در آب خیسه کنید (کاملا غوطه ور)