

# املت پنير

## مواد لازم

- گوجه فرنگي، ۲ عدد
- تخم مرغ، ۳ عدد
- روغن، به مقدار کافي
- پنير پیتزا، به مقدار کافي

## طرز تهیه

- ابتدا گوجه‌فرنگي‌ها را رنده کنید. سپس آن را در تابه کمی تفت دهید تا آب آن کشیده شود.
- تخم‌مرغ‌ها را بشکنید و محتوای آن‌ها را در ظرفی خوب هم بزنید و به آن نمک و فلفل اضافه کنید.
- در یک تابه (ترجیحاً نچسب) کمی روغن بریزید و بگذارید داغ شود. حالا تخم‌مرغ‌ها را در آن بریزید تا کف تابه را پر کند.
- کمی که تخم‌مرغ خودش را گرفت، گوجه‌فرنگي و پنير پیتزا را روی نیمی از تخم‌مرغ‌ها بریزید. نیم دیگر تخم‌مرغ‌ها کف تابه را پر کنید.
- املت مقوی و خوشمزه شما آماده است. حالا در تابه را حدود دو دقیقه بگذارید تا کمی بیشتر بپزد و پنير داخل آن آب شود.

# نان صبحانه

## مواد لازم

- آرد، دو و نیم پیمانه
- پودر خمیر ترش، نصف قاشق مرباخوری
- نمک، به مقدار لازم
- شکر، پنج قاشق غذاخوری
- شیر، یک پیمانه
- واویل، نصف قاشق مرباخوری
- روغن، یک چهارم پیمانه

## مواد لازم برای رومال کردن نان

- خامه صبحانه، یک قاشق
- شکر، یک قاشق
- زعفران آب شده، دو قاشق غذاخوری

## طرز تهیه

- شیر را حرارت می دهیم تا ولرم شود. پنج قاشق شکر داخل شیر می ریزیم و بعد پودر خمیر ترش را روی آن می ریزیم (به اصطلاح می پاشیم). آن را یک ربع می گذاریم تا بماند (استراحت کند).
- روغن را هم ولرم می کنیم. بعد بقیه مواد را درون روغن ریخته و با هم مخلوط می کنیم (استراحت کند).
- بعد روی خمیر را می پوشانیم و یک ساعت ونیم آن را به حال خود می گذاریم.
- فر را یک ربع قبل روشن می کنیم تا گرم شود (با ۱۸۰ درجه سانتی گراد). یک ظرف آب هم در فر قرار می دهیم. نان ها را چانه می کنیم. ظرفی شیشه ای را چرب می کنیم و نان ها را در آن و یاد ر سینی فر می چینیم.
- خامه، شکر، و زعفران را مخلوط می کنیم و روی چانه های نان می مالیم. بعد هم می توانیم روی آن کنگد بریزیم. برای پخت نان ها نیم ساعت کافی است. ته نان ها که قرمز شد، معلوم می شود نان پخته شده است.

### ۱. جدول حرف و اعداد:

د و چ ر خ ه س و ا ر ی  
۹ ۴ ۸ ۲ ۷ ۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱

۱. پوششی زنانه:  $\frac{ر}{۴} \frac{د}{۱} \frac{ا}{۸} \frac{چ}{۳}$

۲. حیوانی عسل دوست:  $\frac{س}{۷} \frac{ر}{۴} \frac{خ}{۵}$

۳. از وسایل ارتباط جمعی:  $\frac{و}{۴} \frac{ی}{۹} \frac{د}{۱} \frac{ا}{۸} \frac{ر}{۴}$

۱. از کمترین ها و دوست لورل:  $\frac{ی}{۹} \frac{د}{۱} \frac{ر}{۴} \frac{ا}{۸} \frac{ه}{۶}$

۴	۱	۶	۹	۷	۸	۳	۲	۵
۷	۳	۲	۵	۱	۴	۶	۹	۸
۹	۸	۵	۲	۶	۳	۱	۷	۴
۲	۵	۴	۳	۹	۱	۸	۶	۷
۸	۷	۱	۶	۵	۲	۹	۴	۳
۶	۹	۳	۸	۴	۷	۵	۱	۲
۱	۴	۹	۷	۳	۵	۲	۸	۶
۵	۶	۸	۴	۲	۹	۷	۳	۱
۳	۲	۷	۱	۸	۶	۴	۵	۹

۲. معمای ریاضی:  $۱۰۱ - ۱۰۲ = ۱$

۳. ماه رمضان

۴. سودکو

۵. لامپ های رنگی: در کل جدول حداکثر ۳ لامپ قرمز، ۳ لامپ زرد و یک لامپ سبز است. پس ۲ لامپ آبی هستند.

۶. خواب

۷. فرهاد

