

باب تدبير المنزل

قد نفا هذا الباب لكي ندرج فيه كل ما يهم أهل البيت معرفة من تربية الاولاد وتدبير الطعام واللباس والاعراب وما أشكل بالزينة ونحو ذلك ما يعود بالنفع على كل عائلة

الحبوب في الطعام

الحبوب التي يعتمد عليها الانسان في طعامه في هذا القطر والقطر السوري هي القمح والشعير والذرة الشامية والذرة البلدية اي الحبوب التي يصنع منها الخبز ويضاف الي ذلك الارز وبكاد طعام القراء يقتصر عليها اي ان ما تحتاج اليه اجسامهم من المواد التي تنمو بها وتفري على العمل وتعرض عما يفقد منها اكثر هذه المواد ان لم تقل كلها يأتي من الخبز الذي يأكلونه سواء كان مصنوعاً من دقيق الخنطة او من دقيق الترة او منها كليهما واما في البلدان الاوربية والاميركية فيكثر اكل القمح والدهن والبطاطس فينال الجسم جانباً كبيراً من غذائه منها. وهناك كلاماً موجزاً عن كل نوع من هذه الحبوب وما فيه من الغذاء

القمح

القمح اكثر الحبوب استعمالاً لعمل الخبز في اوربا واميركا ومواحل بحر الروم ولا يفرقة في هذا القطر الا الذرة البلدية فان اكثر اعتماد الفلاحين في خبزهم عليها لا على القمح . والعناصر الجوهرية في القمح هي الكربون والاكسجين والهيدروجين والنيتروجين والكبريت . ومتوسط ما فيه منها نحو ٥١ في المئة من الكربون ونحو ٢٣ في المئة من الاكسجين ونحو ٧ في المئة من الهيدروجين ونحو ١٢ في المئة من النيتروجين ونحو واحد في المئة من الكبريت

ويصنع الدقيق من القمح بطحنه وقد مرت قرون كثيرة وهو يطحن بين حجرتين هما حجر الرحي ثم يغسل فتخرج قشوره الخالية (رضة) ويقطف ثانية فيفصل الجزء الخشن منه الحماوي للخالة الدقيقة خشكراً وما بقي فهو الدقيق الناعم الذي يعجن ويصنع الخبز منه وقد أبدل حجر الرحي الآن باسطوانات من الحديد الصلب يمر القمح بينها فتسحق وتقطع وتصل بين الخالة والنشا او المادة البيضاء فصلاً تاماً فيأتي الدقيق اشد بياضاً مما لو طحن

بالرغم من أن الدقيق الأبيض الناتج من العنق بالاساطين الحديثة لا يزيد وزنه عن ثلاثة ارباع وزن القمح ومنه يصنع الخبز الأبيض والخبز البني يكون الخالة وشكلاً فيباع علمًا للمواثي والخشكار كثير الغذاء والغذاء في ارض منه كثير من الغذاء في الرطل من الدقيق الأبيض الناعم ولو كان لونه اسفر ولذلك يفضل كثيرون شراءه مع الدقيق الأبيض وعمل الخبز منه كغيره من الخبز.

والعنق بالمطاحن ذات الاساطين يكون على درجات فإذ لا ينظف القمح من كل ما يخالطه من التراب والحمى ويمر بين اسطوانتين سطحهما مجذبان فتمساره حرماً ويغيري القمح المهروس الى متاخل تغلغل فيخل منه بعض الدقيق الذي يخرج منه بالمرس ويبقى القمح المهروس يمر بين اساطين اخرى فيزيد حرماً زويلاً رويلاً لان البعد بين كل اسطوانتين يكون اقل من البعد بين التين قلبياً فيفصل الدقيق عن الخالة (الرسة) فضلاً تماماً لا كما يحدث بالطن بالارحاء حيث يطن بعض الخالة ويمزج والدقيق

وطبع فالطن بالاساطين يفصل الخالة كلها عن الدقيق ويفصل معها الجراثيم التي تنمو اذا زرعت حبوب القمح لكن المتاخل الكثيرة التي تغلغل هذا الخجين في طريقه من اسطوانة الى اخرى تفصل الخشكار عن الخالة ثم نظيفة ثانية حتى تسهل اضافته الى الدقيق لاسيما وانه يكون فيه من المادة المغذية اكثر مما في الدقيق الأبيض وزناً لموزن وهي اضيف الى الدقيق انعام صارطه خشناً ربة. ولذلك فالدقيق الناعم جداً لا يعد اجود انواع الدقيق لان المادة المغذية اي البلوتين تكون قليلة فيه فيقل حيلة

وقد تفنتت بعض المطاحن البخارية ذات الاساطين في ضمن القمح وفصل بعضه عن بعض حتى تجد فيها اربعين نوعاً من الاساطين والمتاخل يمر الدقيق عليها كلها في طحينه وتخلط فيخرج منه اربعون صنفاً من الدقيق ثم يخلط بعضها ببعض حتى تتكون منها الاصناف المطلوبة. والغالب ان الاصناف الجيدة تكون ٧٢ في المئة من القمح اي ان كل مئة رطل من القمح يخرج منها ٧٢ رطلاً من الدقيق الجيد ورطلان او ثلاثة مما دونه قليلاً. ويمتاز الدقيق النظيف بمفاد لونه وشدته حيله وقلة الخالة فيه وانعاشها منه بالمرة. والدقيق الذي دون هذا اقل حيلاً منه لقلة المادة البروتينية فيه ولكنه اكثر منه غذاء لكثرة البروتين فيه

وقد حلت الدقيق وتوابه من صنفة بخارية ذات اساطين كثيرة تحليلاً كيميائياً فوجد فيها من المواد ما تراه في الجدول التالي

رماد	كربوهيدرات	دهن	بروتين	ماء	
٠,٣٧	٧٦,٨٥	١,١٥	١١,٠٨	١٠,٥٥	دقيق درجة أولى
٠,٤٢	٧٦,٧٥	١,٢٠	١١,١٤	١٠,٤٩	ثانية
٠,٨٠	٧٣,١٣	٢,٢٠	١٣,٧٤	١٠,١٣	دقيق نظيف درجة أولى
١,٧٥	٦٩,٣٧	٣,٧٧	١٥,٠٣	١٠,٠٨	ثانية
٣,٤٨	٦١,٣٧	٧,١٠	١٨,٩٨	٩,١٧	دقيق سمير
١,٠٢	٧٣,٦٧	٢,٢٤	١٢,٢٦	١٠,٨١	دقيق كامل
٦,٠٦	٦٥,٥٤	٤,٣٩	١٤,٠٢	٩,٩٩	نخالة

يظهر من هذا الجدول ان البروتين في الدقيق الاسمر أكثر منه في غيره ولكن الطلب عليه أقل من الطلب على غيره ويطلق عليه بالانكليزية اسم الكلب الاحمر وقيل يصنع الخبز منه وكان الخبز يعجن ويخبز في كل البيوت في الزمن الفايرو ولا يزال كذلك في بلاد الفلاحين ثم انتشت الافران الخبز ما يعجن في البيوت والآل صار اهالي المدن يشترون خبزهم فلا يتبعون بتقنية الصنع ونصوبه وطحنه ونخله وعجنه ونقرصه ورقعه وخبزه كما كان يفعل اسلافهم واحتمت الحكومات الراقية مراقبة الخبز الذي يباع من حيث نوعه وخبزه ووزنه لكي لا يبيع المشترون فيدفعوا من الثمن أكثر مما يستحقه الخبز - ومن الغريب ان الحكومة المصرية لا تهتم بما يبيعه اصحاب المخابز من نوع الخبز ووزنه وثمنه فقد وزنا مرة بعض الارغفة من الخبز المخبز بمخمرة البيرة فوجدنا ان ثمن الاقعة منه نحو ثمانية غروش وهو ثمن فالحش جداً ولكن الذين اعتادوا اكل هذا الخبز لو نحوه ولا يستطيعون ابتاعه باقل من ذلك يضطرون ان يشتروه باي ثمن طلبه اصحابه وما دام الخبز من الحاجيات لا من الكماليات فلا بد من تعيين سعر له - وحذا لو عاد الناس الى عمل خبزهم في بيوتهم كما كان اسلافهم يفعلون وكما يفعل سكان الارياك

الشعير

أكثر استعمال الشعير علف للحيول والحير وقد يقشر فيبقى حبوباً كالكولور تبع العمل الشور باومي من افضل ما يكون لذلك - وقد يطحن ويمزج بدقة بدقيق القمح وهو منفر مثل دقيق القمح كما ترى في هذا الجدول

الشعير كذا	الشعير القوي	دقيق الشعير
١١,٩ في المئة	١٠,٣ في المئة	١٠,٣ في المئة
١٠,٥	٨,٥	٨,٠
٢,٢	١,١	١,٧
٧٢,٨	٧٧,٨	٧٦,٣٥
٢,٦	١,٣	١,٦٥
١,٩٥	١,٤٦	١,٣٠
١,٠٠٤	١,٠١٣	١,٠٠١
رطوبة		
بروتين		
دهن		
كربوهيدرات		
رماد		
فسفور		
حديد		

والحديد والفسفور من مواد الرماد. ويراد بالسكر بوهيدرات كل المواد الهيدروكربونية كالنشا والصحخ. وإذا تقع الشعير وأعدا بيت تولد في مادة خميرة تحول نشاء إلى سكر والسكر يخمر ويصير الكحولاً وعلى هذه الطريقة تصنع البيرة من الشعير النابت

الذرة الشامية

الذرة الشامية أصلها من أميركا وقد انتشر زرعها في الشرق كله ولكن زرعها على أكثر في الولايات المتحدة الأمريكية وبيع محصولها فيها في السنة نحو ثلاثة آلاف مليون بشل أي نحو ٥٧٢ مليون أردب وهي تزرع في أكثر من خمس الأراضى الزراعية وأكثرها بطن وبيع دليقاً. والغذاء في الذرة لا يقل عن الغذاء في القمح كما ترى في الجدول التالي

ذرة	دقيق الذرة
١٠,٧ في المئة	١١,٦ في المئة
١٠,٠	٩,٠
٤,٣	٤,٣
٧١,٨	٧٢,٥
١,٧	١,٥
١,٥	١,٣
١,٧	١,٧
رطوبة	
بروتين	
دهن	
كربوهيدرات	
البيان	
رماد	
فسفور	

وامتاف الذرة كثيرة مختلفة ويمكن أصليها حتى يزيد ما فيها من البروتين والدهن فقد أخذ اثنان من مجلس الزراعة في ولاية النيويورك صفاً ليد ١٠,٩ في المئة من

البروتين و ٤,٧ من الدهن واستنبأه عشر سنوات فتولد معها صنف فيه ٤,٢٦ في المئة من البروتين على الأكثر وصنف فيه ٨,٦٤ من البروتين على الأقل - وصنف فيه ٢,٢٧ من الدهن على الأكثر وصنف فيه ٢,٦٦ على الأقل

والمواد غير متوزعة على السواء في حبة القرة نالقة تصدق درة في المئة من الحبة كلها والجرثومة ١٠,٢ والكربوهيدرات وهو المادة النشوية ونحوها البقية اي ٨٤,٣ ومركبات كل من هذه الاجزاء كما ترى في هذا الجدول

البروتين	الدهن	الكربوهيدرات	الالياف	الرماد
١٢,٦ في المئة	٤,٣ في المئة	٧٩,٤ في المئة	٢,٠ في المئة	١,٧ في المئة
٠,٦٦	٠,١٦	٠,٧٤	٠,١٦	٠,١٣
٠,٢١٧	٠,٢٩٦	٠,٣٤٧	٠,٠٣٩	٠,١١١
٠,١٢٢	٠,٠١٥	٠,٨٥	٠,٠٠٦	٠,٠٠٧

والظاهر من التجاليل الكيماوية التي اطلقنا عليها للذرة المصرية ان نتوحيها اقل من نتوحيين الذرة الامريكية المثار اليها آتفاً ومع ذلك فالامر يحتاج الى عناية وزارة الزراعة لكي تحفل الاصناف التي تزرع الآن في القطر المصري وتبين ايها اكثر غذاءً

مرق مغذ

ضع رجلين من ارجل العجول في كسارولا وصب عليها وطلين من الماء وطلين من اللبن واغل الجميع اربع ساعات او خمساً ثم صف المرق بعد ان تضيف اليه ما يكفي من الملح والقرفة او جوز الطيب لطيب طعمه فيكون منه مرق مغذ جداً للاولاد والناقين من المرض

خذ رطلاً من ربة عجل وازرع منها كل الدهن والاورار وانرها جيداً وضعها في قدر واغمرها برطلين من الماء الساخن وضع القدر في اناء واسع فيه ماء غالي واتركه قرب النار خمس ساعات او ستاً وصفيه بعد ذلك فيكون منه مرق مغذ جداً