



مركز الانطلاقة للدراسات

ALENTILAQAH RESEARCH CENTER (A.R.C)



يحررها خالد غنام "أبو عدنان" - استراليا - 2023

من مساجد مدينة القدس

جامع القلعة



يقع في الزاوية الجنوبية الغربية من قلعة القدس التاريخية المشهورة، وتحديداً في الجهة الغربية من مدينة القدس، وإلى الجهة الجنوبية من باب الخليل، أو على يمين الداخل إلى المدينة من هذا الباب. وقد أنشأه السلطان المملوكي الملك الناصر محمد بن قلاوون (709-741هـ/1309-1340م). كما يفيد النقش المثبت على بابه. وجدد المسجد في زمن السلطان العثماني محمد الرابع في سنة (1065هـ/1654م). وتم إضافة المئذنة له. الجامع الصغير: خارج الحرم، داخل السور، بباب العمود.



المطوية

دقيقة 60

ثلاثة كفاكير لشخص بها 1576 سعر حراري



المكونات:

- 1- رأس زهرة قرنبيط مقطعة ومغسولة
- 2- كيلو لحم خروف بعظمه
- 3- كيلو لبن غنم أو جميد
- 4- كوب أرز حبة قصيره أو بسماتي
- 5- 3 فصوص ثوم
- 6- معلقتين زيت نباتي
- 7- رشة كركم للأرز
- 8- ورقتين غار
- 9- 4 حبات هيل
- 10- معلقتين صغيرتين ملح.

طريقة التحضير:

تسلق اللحمه مع شوية هيل وورق غار لحد الاستواء، نعمل اللبن زي طريقة المنسف، إذا جميد نكسر الجميد وننقعه حتى يبرى ونضعه بالخلاط مع شوية مي، ونضعه على النار ونضع مرقة اللحمه عليه واللحم، وإذا لبن غنم نضعه في الخلاط قليلا ونضعه في الطنجرة، بس يغلى نضع مرقة اللحم وقطع اللحم. نقلي الزهرة ونضعها في اللبن ونجعلها تغلى مع اللبن حتى تطرى ونفدح إليها بالثوم المقلي.

القطائف

حبتين قطايف لشخص 234 سعر حراري بالمكسرات

حبتين قطايف لشخص 216 سعر حراري



المكونات:

- مقادير العجينة: 1 ¼ كوب دقيق الطحين + ½ كوب حليب دافئ + كوب ماء + ملعقة كبيرة سكر + ملعقة صغيرة خميرة + معلقتين صغيرتين بيكنغ باوذر. مقادير حشوة قطايف بالمكسرات: كوب بندق مجروش + كوب لوز مجروش + ½ كوب سكر + ملعقة كبيرة ماء زهر أو ماء ورد + زيت للقلي أو سمنة لدهن القالب حسب الرغبة في طريقة طهو القطايف + ½ 1 كوب قطر. مقادير حشوة قطائف بالجبنه: 300 غرام من الجبنه الحلوه + 3 ملاعق كبيرة سكر + قطر بارد.

طريقة التحضير: تحضير العجينة:

نذيب السكر مع الحليب ونضيف إليه الخميرة، ونترك الخلطة مدة 5 دقائق. نخلط البيكنج باوذر مع الدقيق ثم نضيفها إلى الخلطة. نضيف الماء ونقلب كل المحتويات جيداً حتى تتدمج، ونتركها لمدة ساعة حتى تختمر. نسخن المقلاة جيداً (ويفضل أن تكون من الحديد السميك القعر لتحمل الحرارة العالية) ونصب مقدار ملعقة كبيرة من المزيج ونكرر الطريقة نفسها على أن تحمر القطايف من جهة واحدة فقط. عند وضع الخليط في المقلاة تظهر فقاعات داخل القرص وهذا دليل على نجاح عملية التخمر، ويجب المحافظة على درجة الحرارة بحيث لا تطهى سريعاً من أسفل وتبقى سائلة من أعلى، أو تكون الحرارة منخفضة بحيث يتسع القرص ولا يتم طهيها. تحضير حشوة المكسرات: نخلط البندق واللوز مع السكر جيداً ونضيف إليه ماء الزهر أو الورد وملعقة من القطر حتى يتماسك قليلاً. تحضير حشوة الجبنه: نهرس الجبنه ونخلطها جيداً مع السكر. ثم نوضع ملعقة كبيرة من خليط الحشو في وسط القطائف بحيث يكون الجزء المطهون من أسفل ثم يقفل القرص على شكل نصف دائرة وتبالب الأطراف بالماء مع الضغط عليها جيداً والتأكد من عدم وجود أي حشو ظاهر. نسخن الزيت في مقلاة على نار متوسطة ونقل القطائف حتى يصبح لونها ذهبياً، ثم نرفعها من الزيت. أو ندهن قالب الفرن بقليل من الزبدة أو السمنة، ثم ترص أقراص القطائف المحشوة وتوضع فوق كل قرص قليل من الزبدة.

الديك الفصيح: بابور ومَرْكَب

الموقدة هي أقدم طريقة لطهي الطعام وهي عبارة عن حفرة تحيط بها ثلاثة من الحجارة يوضع بينها الحطب وتشتعل فيها النار بعد وضع القدر عليه. وهناك حجم صغير منها كان يستخدم لتحضير القهوة العربية وكانت تسمى الجار أو باللفظ التركي جاج. وكان يتم تحريك الجمر بواسطة ملقط حديدي يسمى المنقاش. أما المنقل فهو عبارة عن صينية حديدية مرتفعة الأطراف العلوية ولها أربع أرجل، يتم إشعال الفحم داخلها. سمي المنقل بهذا الاسم لسهولة نقله من مكان إلى آخر، جمعها منقل مثل جمع منقلة الأداة الهندسية، وله أسماء أخرى مثل الكانون؛ إلا أن الكانون الأصلي كان يصنع من صلصال الفخار وله غطاء وهو يشبه بالشكل الطاجن الفخاري. ويمكن وضعه داخل الغرف، ومنه جاء فعل ككن أي قعد في منزله. أما إزجارا فهو منقل نحاسي يمكن وضعه داخل المنزل وهي جميلة المنظر ومزخرفة، وأصله تركي .

وفي القرى الفلسطينية يستخدم الوَقَّاد وهو أداة الطبخ والخبز شكلها اسطواني مصنوع من الحديد له فتحة في أحد جوانبه لوضع الحطب، له أربع أرجل، تستخدمه المرأة وهي جالسة، له فتحة علوية لوضع الصواني على رذف من الأحجار الصغيرة، ولهذه الفتحة لها غطاء مثل مقحار الطابون. والوَقَّاد يمكن نقله من مكان إلى آخر. وهو يختلف عن الوَقَّاد الذي يوقد النار في مقيم حمام سوق. وفي تطور له تم صنع الفرن البيت البلدي الذي يعمل بجرة الغاز في بداية الخمسينيات من القرن الماضي. وسبقه في منتصف الأربعينات من القرن الماضي: مَرْكَب وهو عبارة عن قاعدة مربعة حديدية لها أرجل قصيرة وبوسطها عين تشتعل بواسطة الشرارة وهذه العين مربوطة بخروط يصلها بجرة الغاز وهي أقدم طريقة لاستخدام لجرة الغاز، وكان الجنود البريطانيون يسمونها چولة أو شولة باسمها الهندي، لسهولة نقل جرة الغاز وتركوا الاستوف في المكاتب وهي أداة تعمل بالطاقة الكهربائية دخلت فلسطين عام 1928 وكانت كندية الصنع .

أما البابور وهو أداة تعمل بواسطة الكاز فقد وصل إلى فلسطين بابور ماركة بريموس عام 1930 عن طريق الأرمني "افاديس نارسيس تشيكجيان وكيلها بالشرق الأوسط، الذي كان مستقراً في القاهرة. وحقق انتشار كبير بسبب رخص أسعار الكاز، وكان الفلسطينيون يعرفون الكاز منذ أيام الحملة المصرية (1830) حيث يستعمل بالتدفئة والإنارة، وكذلك في بعض مضخات والمحركات القديمة ومصطلح كازية منذ تلك الحقبة وتحول الاسم ليصبح معناه محطة محروقات. بابور الكاز (القاز أو الجاز) أو البريموس أو أم الفتائل أو السَّرَاج: مصنوع من النحاس يتكون بابور الكاز رغم صغر حجمه من حوالي 48 قطعة متداخلة، وإليه 3 رجلين ومَرْكَب بنحط عليها الإبريق، وهو مصدر حراري يحول الكاز المضغوط في خزانه إلى غاز يحترق في الرأس يسمى الطربوش بواسطة فتيلة تمتص الكاز وتقوم بإشعال النار؛ الفونية عبارة عن قطعة من النحاس بها ثقب دقيق يتجه لأعلى لخروج بخار الجاز المسنول عن عملية الاشتعال. يوضع فوق الرأس ما يراد طبخه أو تسخينه. وهو عادة يحدث صوتاً عالياً مزعجاً إلا إذا كان من النوع الذي يسمونه "الأخرس" فهو لا صوت له. وهو نُمر؛ فيه نُمرة واحد، ونُمرة اثنين، ونُمرة ثلاث.

كان الفلسطينيون يعرفون معاني أخرى للبابور أشهرها يعني السفينة البخارية ولفظها التركي واپور، كما عرفوا بابور الطحين: مطحنة حبوب يديرها محرك آلي. وكذلك بابور الزيت: معصرة زيت الزيتون التي يديرها محرك آلي. وبدخول البابور تطورت مهنة المكوجي حيث بدأ استخدامه في تسخين المكواة بدل من الفحم. البابور كان قديماً ذا أهمية نفسية واجتماعية حيث أن جهاز العروس كان لا بد أن يحوي ضمنه بابور الكاز كقطعة هامة من أثاث البيت لذا فإن نساء عديدات كبيرات ما زلن يحتفظن بهذا البابور كذكرى عزيزة من أيام الزواج. ولا بد من الإشارة أنه كان قديماً يوجد ما يعرف بالسمكري مصلح البوابير المتجول بين البيوت منادياً بصوته المميز وقائلاً: مصلح بوابير الكاز.. أصلح الفونية. لكن هذه المهنة الجواله قد اختفت الآن بسبب شيوع موائد وطباخات الغاز. وهناك العديد من الأمثال الشعبية خرجت من طبيعة الشبه ما بين البابور ونكاشة العين لتسليك خروج غاز الكاز من عين البابور للأوضاع والمواقف الاجتماعية ومثال ذلك ما نسمعه من هذه الامثال العامية: فلان يهدر صوته مثل بابور الكاز، فلان خالص كازه (لا يشغل عقله) انكش تولع أو فلان بده نكشه. المزيكاتي مثل البابور المسدود، احكشه وطيب له بيجود. الحما بابور وبنات الحما إبرة. ما تحكش البابور وخلي الطابق مستور. الدنيا فونية والزمن كبّاس. زلما صوته عال كأنه البابور.



نبات أصله فلسطيني: العطران الفلسطيني

الاسم العلمي Rheum palaestinum Feinbrun

نُشر لأول مرة في

Palestine J. Bot., Jerusalem Ser. 3: 117 (1944)

نبته العطران الفلسطيني له أسماء متعددة مثل راوند فلسطيني والعتران والفوة وشرش الروباص تتميز نبتة العطران بأوراقها العريضة ذات اللون الأخضر الداكن المتموجة كبيرة الحجم والتي يصل طولها إلى نصف متر. ينمو في مناطق الصحراوية والأودية. ويبدأ بالإزهار في بداية نيسان. هو نبات طبي معروف له استخدامات متعددة.

تقاليد شعبية قديمة: (أيدي بزنارك): جملة اضطرارية يقولها شخص منكوب يطلب النجدة من شخص يعتقد أنه قادر على إنقاذه. وهناك جملة أخرى مثل دخيل عرضك أو مشين دينك، وكلها تحمل معنى أنه مستور وقوي قادر على مساعدة المفضوح الضعيف.

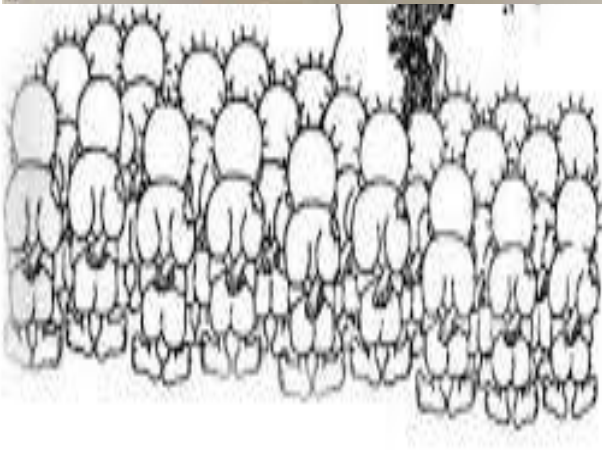
آداب الطعام: طليّ يا قريعة طليّ عبارة يقولها الناس للضيف الغير معزوم، وأساس قولها للويف الذي يذهب لبيوت الناس ولا يشبع مما يقدم له ويطلب المزيد، ثم يعاود الكرة بعد أيام، حتى يسمع طليّ يا قريعة طليّ أي أنه سيطرّد إن جاء مرة أخرى.

قالت لي ستي: (كوفلية الفطومات): إذا سقطت الحامل أكثر من جنين أو مات للمرأة أكثر من طفل رضيع، تقوم بخبز منقوشة زيت وملح وتكسرها سبع كسرات، ثم تذهب إلى بيت سبع سيدات اسمهن فاطمة وأن يكون لهن أطفال مفطومين، تطعم هي كسرة من المنقوشة لكل فاطمة وابنها وتأخذ منها خرقة قماش عليها ريحها، ثم تخيط من هذه الخرق كوفلية وتأمل أن يعيش مولودها القادم.



دعوني لبؤة: كفاح فتاة فلسطينية من أجل الحرية

صدر عن دار عالم واحد في مدينة نيويورك باللغة الإنجليزية من تأليف عهد التميمي ودينا تكرروري، وهو كتاب توثيقي لمسيرة عهد التميمي النضالية. تذكر عهد العديد من الفتيات والنساء في الكتاب، وتنسب الفضل إليهن جميعا في مقاومتهن ودعمهن. أمي وأبي اللذان علماني مقاومة المحتل، وجدتي التي بدلا من أن تحكي لي حكايات خرافية عن ليلى والذئب روت لي قصصا عن كيفية مقاومة الاحتلال. خلفي الناس من حولي، الأشخاص الذين أحبهم، والذين يمكن أن أفقدهم في أي لحظة. ورائي جيل كامل لا أريد أن أعيشه بنفس التجربة التي مررت بها.



[Type here]