

بَابُ شَعْرَانَكَ لِلْمَرْأَةِ

وَتُدْبِيرِ الْبَيْتِ

قد فتحنا هذا الباب لكي نتوجه فيه كل ما يهم المرأة وأهل بيت معرفته من تربية الأولاد وتدبير المنفعة وأنظمة والملابس والشرب والسكن والزينة وسير شقيقات النساء ونهتتمين ونحو ذلك مما يعود بالنفع على كل عائلة

الاتحاد النسائي السوري اللبناني

خطاب السيدة جوليا دسقية

في مؤتمرها المقام في ٢٣ - ٢٦ أبريل ببيروت

ليست غاية المؤتمر إلا نتيجة اجتماعية لتطور نفسية المرأة، وأتقلاها الفكري التابع للإصلاحات العامة، في المقاعدات، الدينية، والسياسية والاجتماعية. هي مظهر من مظاهر الفكر الذي وإن لم تره العين، فقد تحطمت أشعث أسوار الحدود التي قامت في سيده حتى الآن لتتخرج بموجات الأفكار الأخرى الجديدة في الحياة التي تولدت من الاكتشافات العصرية والاختراعات العلمية، والصناعية. هي صورة من صور الحياة التي تلتس دائماً ما حولها من الأجيال لتتضم إليها فتزداد قوة ومناعة

هذه قضايا ثلاث يعلم بها علماء الاجتماع وتلاميذهم من أخوتنا الرجال، ولكن لا أعلم هل هم يتحرون تطبيقها على النساء أيضاً في ما سوى التطور في الجمال والأزياء. ولهذا لا بد من أن يسأل بعضهم عما تطوي عليه نياتنا من هذه الحركة الفكرية الجديدة في الشرق وقد انضم تحت لوائها سيدات من مصر وقلطين وسوريا ولبنان. ولازالة ما قد يعلق بالأذهان من المشوهات لجمال ثابتنا، أشرح أجوبة مقتضبة للمؤامرين التاليين:

١ - لماذا نحن النساء هنا محتمات، وعلى ماذا نحن مؤتمرات؟

٢ - لماذا اشركنا رجال حكومتنا ومخافتنا في جلساتنا هذه الأولى ونحن ظاهراً

في عمنا مستقلات؟

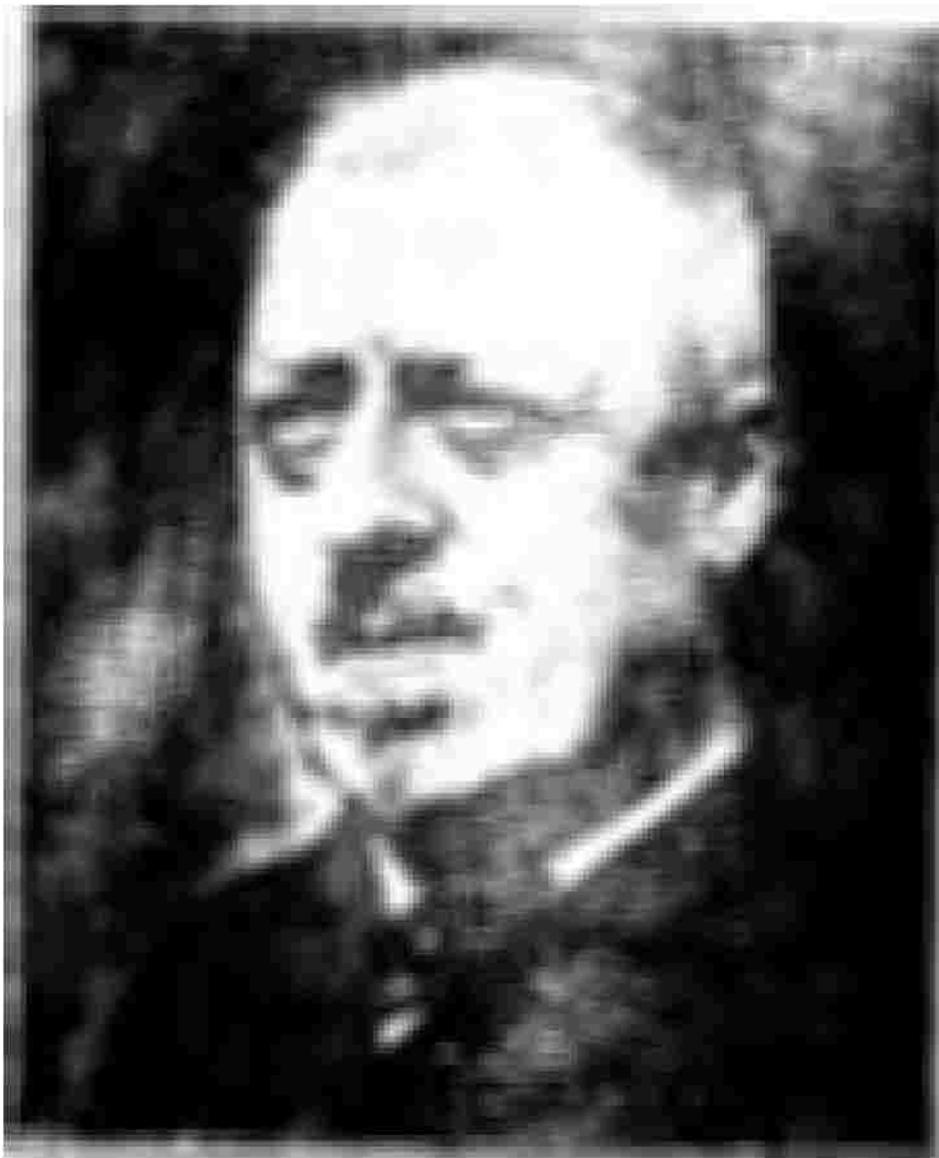
منذ بفتح ابن آدم عينه للتور يندفق منه واليد تيار كهربائي يوصله بباقي الخلقوت الحية، وهو لا يفطن عن القرب منها والاتصاف بها والتمس معها ولها، فهو مرتبط بها كل الارتباط لا يفنك عنها إلا بانفكاك أعضائه وانفاق روحه الى عالم اللانهاية. ولو شئت انصاف علماء

الفلسفة لقنا ان كل مخلوق متصل بكل ما في هذا الوجود قبل ان يولد وبعد ان يموت
 أفليست المرأة هي إحدى تلك المخلوقات الحية ذوات الفكر الذي يتطور مع تطور الاشياء،
 أليست هي إحدى تلك المخلوقات الحية التي تتطلب الانضمام بمحيط الطبيعة الى ما يجاسها
 تكويناً ومزاجاً من الاحياء الاخرى فترداد قوة وعموماً ؟

بزغ الثور فكحلت به المرأة عيونها . اشرفت الشمس فرجيت بشعاعها اشعة وروحها
 وكهربايتها . انتجت الارض محاصيلها وأثمارها فمنت اليها اعضاؤها . هبت الناصفة فتهزت
 لها اعصابها . زلزلت الارض زلزالها فتخلخل مجموع كيانها . اسدل الظلام ستاره فملع
 منه فؤادها . وراحت تحتني تحت رهب استاره

انه ولسوء الحظ قد طال ليلا . وأن ذلك الظلام متادرة خدورها . حتى خيل
 للرجل ان للمرأة عالماً مستقلاً تام الاستقلال عن طاله وأنها في سبات ما من بقطة لها
 بدنه ، ونسي سامحه الله وواقاه ، ان الحياة الكامنة لوقت طويل هي اضمن للحياة المقبلة
 من تلك التي تظهر للوجود بين عشية وضحاها شأن تلك الاشجار التي لا تبث ان تورق اشجارها
 وتمقد اثمارها ، حتى يلفحها هبوب العاصفة ، تنقضي عنها لتعود الى انها الطبيعة هباءً متورراً
 نعم نامت المرأة تحت ما يسديه الكتاب نير السودية ، ولكنها في الحقيقة التي لا جدل
 فيها انها لم تدق لتدوم طمناً . رهن من انجبت الايطان وأوجدت التوايح ، وغدت بلبها
 البين والبنات ، جيلاً بعد جيل ، يجوز ان ندعوها نائمة ؟

سادني — بينما كنتم انتم تتقلدون الناصب السامية ، وتموضون غمار السياسة واثجارة ،
 وبكلمة كنتم تمثلون جميع ادوار الحركة والحياة ، كانت المرأة تتمحض عن روح حية تمحيش في
 صدرها وفكر يحتر وويداً رويداً بين احشائها حتى مطلع الحرب الكونية . عندئذ ادخل الرجل
 ذلك المرثالثاري ، حلت هي مكانه في ساحة الاعمال الحرة حيث نجحت قواها الكامنة فبرهنت
 عن مقدرة وثبات وحكمة رفعت مقامها للمستوى الاتلق بها الذي تراها فيه اليوم في العالم العربي
 وضمت الحرب اوزارها ، وماد الرجل الى تمة جهاده في عالمي الاقتصاد والادب ،
 فأسس الشركات ، وشكل الجمعيات والقطاعات ، حتى بقنا لا نرى اليوم رجلاً واحداً متعلماً
 لا ينتمي الى جمعية او حزب او نقابة ، كما نه بذلك اراد ان يزيد قوته متاعه ضد بطورايه
 الدهر التي ذاقها الامرين . وهكذا قد حل في ايانا هذه تأثير الجماعات محل تأثير الافراد ،
 واصبح من اخص صفات الحياة الحاضرة . ثم انه كان للجمعيات الشظية على الدوام تأثير
 شديد في حياة الامم ؛ ان هذا التأثير لم يبلغ في زمن من الازمان مبلغه في الزمن الحاضر
 رأيت المرأة كل ذلك ، وادركت انه لا بد لها من اللحاق بالرجل ، وهي شريكته في



دكتور هيوجو كير

بني أبلون غراف زلين وروانه . وقد اطلقت في صحف اميركا عن نه
بدأ العمل الآن في بناء بون صحبه جدا سنة نحو ستة ملايين من
الاقدام المتكبة العواصلات بين رور و اميركا الجنوبية

انتم الصفحة ٤٤٨

مقطف نوفمبر ١٩٣٠

الجهاد والنسبة ، فأُسست الجمعيات العديدة التي وان اختلفت غاياتها . فهي كلها ترمي الى اغراض سامية « كضد التيميم » و « اغانة ابائس » و « مأوى الحجرة » و « مقاومة السل » و « الرحمة المنترة » . وقد تناولت ثمة من تنشيط الصناعات الوطنية كجمعية « النهضة النسائية » وجمع كلمة المرأة وتميز مقامها « كجامعة السيدات » و « تهذيب الفتاة » . وانشاء دور للرضى والادوية الادوية الى ما هناك من الاعمال التي قامت بها جماعات من النساء كل تشمل بفردها في الحلي او القرية ، او المدينة التي تقطنها

لم يمض زمن قصير على تأسيس هذه الجمعيات المختلفة ، حتى شرعت اعضاؤها الماملات بلذة العمل ونبل المسئولية ، فاستزادت منها وسرت عدواها في الاقطار العربية كافة ، وراحت الصحف تنشر اخبارها وتقرظ حفايتها وجعلت القوم يقبلون على نصرتها بالقول والفعل حتى شعر الناس جميعهم بقوة تأثيرها وشرعت تلك الجماعات النسوية بوجود الاستزادة من المعرفة في كيفية تنظيم صفوفها ودرس احوال البلاد درساً يؤهلها لتأدية الخدمة التي تسمى اليها بشكل يتحلى مع المديبات الاخرى الراقية

شاقها ما نسمة عن اعمال المرأة وجمياتها في البلدان الاخرى وعمما وصلت اليه من القوة والتأثير من الوجهتين الادوية والاجتماعية ، فارادت هي كذلك لنفسها وبلادها ما لاوتك . ولكنها ادركت في الوقت نفسه ان القوة التي لكل منها على حدة بحج استخدامها للمصالح العامة ، ولا يجمع من اتساع نطاقها وازدياد تأثيرها سوى عدم ارتباط بعضها ببعض فلا بد اذاً من السعي لتوثيق عرى المودة والاتلاف بين الجمعيات على اختلاف غاياتها وطوائفها . وذلك بلم شفتها وتوحيد صفوفها باجتماع عام كهذا الذي ترون ، تمقده ولومرة على الاقل في كل سنة . وهذا ما دعاهن الى تسمية هذه النقطة التي اخذت على نفسها تنظيم هذه الاجتماعات « الاتحاد النسائي »

لا وحياتكم ايها السادة اتنا لم تقصد بهذه التسمية سوى الدلالة الصريحة على ما تويه هاته النقطة — التي كانت مبعثرة نيا مضي — من الجهاد الموحد والخدمة المجردة سيدي نخامة الرئيس . وسادتي معالي ووزراتنا الكرام

كونوا على ثقة ، اتنا لم تقصد يوماً من هذا الاتحاد سوى الاعتصام بالقوة السامية التي ترتفع عن كل ما يشين سمعة نهضتنا النسائية الحاضرة ، تلك القوة التي ترتفع عن العمل في الخفاء ، او بث الدعايات المشبهة او عرقلة مساعي حكومتنا المحلية^(١) كلا ، بل ان الاتحاد

(١) كنا طلبنا رخصة من الحكومة بلسم جيتنا «الاتحاد انساني» فرفضت الترخيس لنا خوفاً من كلمة اتحاد وانارت علينا بتسمية الجمعية «المؤتمر انساني» تأمراً وهذا منعا بي الى مخالفة الحكومة فكنا

الذي نضيه هو تلك القوة البدنية التي حشأنا من النزول إلى الانقسات الأرضية ، بن سير طليقة حرة فوق رؤوس بنات الله في الشرق والغرب على السواء تدعوهن للسير تحت زاية «الأتماد انساني» لا السياسي ، لنشر الحرية واندالة والسلام تمام

والاسباب التي جئت على ذكرها ، وظيفاً تلك القوة التي لا يمكن تحقيها بسوى الانضمام والاشلاق نحن النساء هنا محدمات . وعلى توحيد النيات ، والغايات ، بدرس طرق الثرية ، والمذهب ، ومواضيع العائلة او الامومة ، والاقتصاد ، والظهور ، والعدالت ، نحن مؤتمرات والان اتقدم الى الجواب على السؤال الثاني : لم اشركنا حكومتنا المحلية وصحافينا الكرام في جلستنا هذه الاولى مع انا ظاهراً في عملنا مستقلات ؟

إن الامة ليست كوماً من الزماد تنزوه الزياح وتبعثه ، ولكنها جسم حي كبير نجمه روح واحدة مكونة من ارادات مختلفة ومن أفكار مشتركة . ويجب ان تكون تربية الامة قائمة على المحافظة على هذه الروح . وكيف يتسنى لتاذك اذا انفردت المرأة عن الرجل بطها وعملها وطرق تفكيرها ؟ او انفرد اشعب عن حكومتهم بتنظيم جهودهم وعقائدهم وتكوين آرائهم ؟ كنا يعلم ان اعضاء الجسم الواحد وان اختلفت وظائفها بعضها عن بعض فكل منها يؤدي الوظيفة التي خلق لاجلها ، لا غاية له سوى اساد واحياء ذلك الجسم القوي هو جزء صغير منه ، اما اذا طرأ طارئ وانفصل عنه شئ في الحال ومات

كذلك نحن النساء وان فزنا بالاستقلال في انظارنا تياً لما فرضته علينا المادات للورونة من الرقوف جانباً في جميع شؤون الحياة ، فنحن الاعضاء الحية الرئيسية المكونة لجسم الامة . وكل ما نأيه سواء أكان في عالم الاعمال ام الاقوان هو موحى من هذه الامة وراجع اليها . ولكي نتق على اتصال دائم مع بقية اخوتنا الاعضاء ، وحرصاً على التقرب والتفاهم المتبادل مع اخينا الرجل ، الامرين اللذين لا يبد منهم نتجاح مسامانا — والبعد جفاء — جئنا لغرض انشاء هذه امام رجال حكومتنا المحلية وهي الهيئة المسيطرة على الامة ، وقوادنا المفكرين وهم المتلون للاعضاء اناية من اخوتنا الرجال ، صورة من اعمالنا وثمرات من ثمرات جهودنا النسائية عنهم باخلاصنا يتقون و صواب خطتنا يتمقدون

سند هذا الحد ينتهي بي الواجب الذي محدد لي غاية انموذجي والى هنا تسير معي اخواني الاعضاء ككتلة واحدة ، لا كافراد غير ان هذه القوة التي ملحتني بها هذه الجميات المتحددة وهذه الروح التي استمدها الآن من مجموع الارواح المشتركة ، تثيرني وتشدد عزيمتي على انتقام فرصة عليا لا تعود ، قابوح يحض الاماني التي لم ترز مدفونة في صدور الكثيرات من بنات بلادي ، تلك الاماني التي وان كان الكلام فيها اليوم هماً ، اخاف ان الحوادث

المسرة ، والاتقلابات المستحجة ، لا تترك لنا مجالاً كما نفيها مضي للتأني ، والسير اندرجي للوصول الى هدفنا المشترك .

قلت أحدهن : « ولماذا نحن النساء نخاف ان نرفع صوتنا في طلب الإصلاح حتى في الشؤون الصحية التي لها مساس بصحتنا وصحة اولادنا ؟ »

وقالت الثانية : « ولماذا عدد مدارس البنات قليل جداً اذا قيس بمدارس الذكور ، والاهتمام بهذه من جانب الحكومة والأهلين يزيد اضافاً على اهتمامهم بتلك ؟ »

وقالت الثالثة : « لماذا نسمع كل يوم خبراً جديداً بتأسيس نادي ادبي او رياضي للرجال ونحن حتى الآن لم نساعدنا الحكومة لتأسيس نادي واحد قيمه خلائق واجتماعات ؟ »

وقالت اخرى : « لماذا ونحن في عصر الحرية والتور نسمع كل يوم عن استبداد بعض الرجال بالمرأة واحتقارهم لها ، وابتذالهم لكرامتها ما يخرجها فيخرجها للانتقام لنفسها بما هو محظ بشأن الجنسين معاً ، فالامة جماء ؟ »

وهناك الف لماذا، ولو جئت على تعدادها لاستمرت الساعات، لا الدقائق الممدودات

سادتي — سواء كانت المرأة على صواب في جميع طلباتها او لم تكن ، هل يمكننا

ان نعلم عن شئ الحواجز المتصوبة في طريقها ، التي تعيقها عن السير الى الامام ؟

وهل ترون من الحكمة دوام الصبر على هذه الحواجز بعد اليوم والى متى ؟

أخواتي ، ولا اظن ان فيكم من ينكر علي هذه الاخوة ولو فرقتا المراتب ، فالمرأة

أخت الرجل شاء او لم يشأ ، زد على ذلك ان هذه الأخت تطلب تسطها من الحياة ، فلا

تقفوا في سبيلها ، واذا خطر لاحدكم ان يمضي في جهاده منفرداً فيضطر عما قريب ان

يقف في سيرة على مفرق الطرق حيث ينتظر وصول نصفه الافضل — بعد امركم —

ليسيراً معاً ، اذ يستحيل عليه ان يصل الى غاية منفرداً بل يتعرض حيناً للسقوط والضلال

افتحوا بوجه المرأة ابواب العلم والعمل ، والا طلبت الحياة من حيث لا تريدون

وانتم المسؤولون . اشركوا المرأة بأعمالكم وامانيتكم ، والا انجيت عواطفها الى ما تكرهون

وانتم الملومون . اشركوا المرأة بمسراتكم واسفاركم ومجالسكم والا وانتم تظنون !!

ان المرأة تريد ان تحمي ، وها هي الحياة تندفق بزيارة وسرعة من كل ما تراه العين

وتسمع به الاذن . صباح متواصل ، ونداء ملح من السماء والارض والبحر ، من افواه

الآلهة القديسين والملائكة الابرار ، من افواه المكتشفين والمخترعين على الاسلاك الجوية

والبرية ، في المجالات الطبية والصحف السيارة ، دعوة عامة شاملة الى جميع مخلوقات الله من

الانسان الناطق الى الحشرة المستترّة عن البيان ! الى الحياة ! الى الحياة ! الى الامام !!



الدكتور شهابي
عن
عجبة بيضا

عقائس وأوهام
عن
النسابة بالحامل

أوهام الحامل

لقد أسفرت المباحث التي عني بها بعض الاطباء في عدد غير قليل من السيدات في زمن الحمل عن نتائج حسنة جداً مما تدعو بل تفرض على كل امرأة حامل الاهتمام بحرفة ما يحيط بها من احوالٍ وتستهدف له من طوارئ ومفاجآت وان تمفل ما تتاقله الالسة من عنائد وعادات سخيفة فتبا قائمة على الوهم بعيدة عن الصواب وعليها ان تلجأ الى طبيب مولد فيرشدها وينير ما تراه في طريقها من ظلام ومنه تنهم انه لا علاقة بين وجوه النسر في مختلف ادواره وبين جنينها في نشأته ولا اثر له في تذكره ولا في تأنيده ولا في طول قامته ولا في قصرها ولا في سمته ولا في نحافة جسمه وتؤكد منه ان معظم ما كانت تسمعه من الاقارب ليست الا خرافات وأوهام

معرفة جنس الجنين

لم يدرك العلم حتى يومنا هذا قوة التحكم في جنس الجنين اي ليس في مقدرة احد ان يجعل المرأة تلد ذكراً اذا شاء او انثى اذا احب، ولا يستطيع ان يتنبأ بنوع الطفل الذي تلده المرأة من حصر ضربات قلب الجنين في الدقيقة ولا من انواع المأكول التي تميل اليها الحامل ولا من الوضع الذي يكون عليه الجنين في الرحم ولا من مشيتها او جلستها وليس في ذلك جميعاً ما يستدل منه على حقيقة نوع الجنين انثى هو ام ذكر . وسأل مرة المولود الاميركي الشهير الدكتور وليم ، ماذا تقول للمرأة الحامل عند ما توجه اليك سؤالها عن نوع جنينها فاجاب بقوله اني اسألك اي نوع تحب ان يكون جنينها فبئها بخلاف ما تريد ان يكون حتى اذا جاء كما تريد انساها فرحها ما قلته لها ، واذا جاء الجنين كما انبتها به اصحت في نظرها رجلاً عظيماً . اما الطعام فكلتي منه ما يكون سهل الهضم ملائماً للدوق ولا يندهي فيه الى حد الاكثار فيسره هضمه وهساين بالتحمة او التلبك كما يقولون ولا تنمي ان تأخذني مقدار

رطلين من اللبن في اليوم اما مطبوخاً بانواع الاكل واما سائلاً صرفاً . وسبب ذلك ان الحنين يحتاج الى زيادة ما يحتويه جسمك من الحليب ولا ميل للجسم ان يحصل على الكفاية من هذه المادة الا بهذا المقدار من اللبن (الحليب) فضلاً عما يدخل اليه من بعض المأكول التي تنظف بها

النساء بالاسنان

واذا شعرت بالآلم في سن او ضرس اتحي حالاً الى طبيب الاسنان لمداواته واجراء ما يراه لازماً له ولا تبالي بما يقوله العامة من الاقاويل الحاطة فنها قد تبعت فيك الحوف من الذهاب الى طبيب الاسنان على الحنين وهو خوف او حذر لا محل له في نظر العلم وفي امكان الطبيب ان يداوي اسنانك ويزيل ما يكون بها من ألم من غير ان تعرضي انتِ او جينك لخطر ما . ولك ان تأكلي من الطعام ما تدائين على شرط ان لا تتجاوزي في الاكل حد الشبع . واذا وقع احتباك على انواع المأكول السهلة للهضم والغنية بقيمتها الغذائية كان ذلك ادعى الى توطيد نظام معيشتك ومعوججيتك ومحسن بك ان تكثر من اكل الفاكهة والخضروات وشرب الماء

اما الرياضة فالشي في الحلاء افضل انواعها ولا سيما في اواخر مدة الحمل وعلبك ان تاتي تسع ساعات على الاقل يوماً هادئاً وفي الوضع الذي يريحك . واهم شروط العناية بالحامل هي ان تذهب في اوائل شهور الحمل الى طبيب العائلة وتعين بطله وقته على تخفيف اعباء الحمل وما ينشأ في بدنه من طوارئ واحداث . ويرى الطبيب دفماً لها ووقاية للحامل منها ان يدرس تاريخ العائلة فضلاً عن تاريخ المسألة نفسها ويجري البحث الدقيق في الدم والبول والاعراض الاكلينيكية وضغط الدم ووزن الجسم وقياس الحوض . وعليها ان تواتب على زيارة الطبيب مرتين في الشهر في اوائل الحمل وفي اواخره مرتين في الشهر الا اذا رأى موجياً لاكثر من ذلك

والحمل حادث طبيعي لاخوف منه ولكن قد يطرأ أحياناً على الحامل طوارئ تكون بسيطة جداً في حد ذاتها اما الاهمال يجعلها ودية العاقبة نذكر منها اضطراب الجهاز الهضمي في اوائل الحمل والجهاز البولي في اواخره . واول اهان في بحث اسباب اضطراب كلا الجهازين يؤدي الى اسوأ نتيجة وخصوصاً اذا كان الاضطراب واقعاً في الجهاز البولي . وتأييداً لهذا القول اذكر سادسة جرت لزميل فاضل قال دعيت لقيادة السيدة قيسة احمد من سكان شبرا في اوائل سبتمبر الماضي فوجدتها بحالة سيوية وهي في الثامن من شهور الحمل وانه وهو يجري الكشف عليها حدث لها نوبة تضج عنيفة زرع ايمانها بشفاها وعلم انه قد فادها طيبان في صباح ذلك اليوم ووصف لها الدواء وان احدهما طلب ان

يرسل ابول للبحث. ولم تكن قبل ذلك اليوم تشكو علة بل كانت في جميع مظاهرها عادية . وبعد مداولة قصيرة أقنع زوجها ووالدتها بضرورة نقلها الى المستشفى لتوليدها في الحائ وفعلوا نقلها بسيارته الى مستشفى كنشرف. وفي حال وصولها اجري لها الاسعافات اللازمة وصار توليدها وبعد ثلاثة ايام رجع اليها وعيها والامل بشاؤها وبعد سبعي اسبوع فقط نقلت الى بيتها بحالة جيدة . قفت لو لم تنقل نفيسة احد الى المستشفى وبالسرعة التي تم نقلها اليه ولو لم تسرع طيبة المستشفى في اجراء التوليد الاجباري لكان قد تضي عليها لفرض لا محالة . وفي سنة ١٩٣٠ دخل مستشفى بلبقير في مدينة نيويورك ١٢٠٠ حامل اعتلت ادارة المستشفى بتسليمته منهن ولاسباب لم تسكن من الاعتام بالثلثائة وكانت النتيجة ان التسليمته وضعن اطفالهن من غير ان يصبن بمرض ما . اما الثلثائة فقد اصيب عشرة منهن بمرض الاكلية او التشنج القاسي وذهبن نحية الامهان . وما تقدم اظنه كافياً لاتناع القارىء بأهمية العناية بالحامل

مما بهم المرأة

كانت السيدة المصرية الراقية فيما مضى تأتق من الاعمال المنزلية وتركها لخدم حتى تربية اولادها كانت تفوضها لى المراضع والمربيات دون ان تشرف عليها وكثيراً ما تنج عن ذلك اضرار جسيمة قاست السيدة منها الامرين وظهرت نتيجتها السيئة على الاولاد في الكبر الامر الذي جعلهم يقدمون على جوبل امهاتهم بما يقاسون من الاسقام والابوجاع . وكذلك كانت السيدة تفوض امر الغذاء وطيبه الى الطهاة الذين لا يرفقون الاطهي الاطعمة اللذيذة والفطائر الشوية دون مراعاة قواعد الصحة او ما يلائم الجو من الاطعمة اللذيذة وغيرها فنتج عن ذلك كثير من سوء الهضم وأوجاع المعدة .

اما الآن وقد اخرجت دور التعلیم طائفة كبيرة من السيدات المتعلقات اللاتي كوتن اسراً تتمتع بكامل الصحة واماوية من حسن تليهن وأشرفهن على كل اعمال المنزل من نظافة وترتيب وملاحظهن للغذاء وطيبه وتربية اولادهن على احسن الطرق الصحية وصرن لا يأتقن من عمل الاطعمة بأيديهن ويرحبن بكل ما يزيد في معارفهن لذلك رأيت ان أواني قارئات المتطفت بما بمن لي او اطلع عليه واجبة ان تحوز مقالتي رضاهن



في المطبخ

فطيرة عباد الشمس

Sun Flower Case

المقادير عدد

٦	أوقيات دقيق
٣	» زبد
$\frac{1}{4}$	بيضات
٦	أوقيات سكر ناعم
$\frac{1}{2}$	ملقحة خيرة Baking Powder
$\frac{1}{4}$	» روح البرتقال أو الفانيليا

الطريقة — يخفق البيض جيداً في وعاء ثم يخفق تالياً بعد وضع الوعاء على قدر (حالة) بها ماء يغلي وبعدها يرفع ويخفق ثالثاً من دون التقدير ثم يضاف إليه روح البرتقال والدقيق والحيرة بعد نخلها والزبد بعد اسالته (تسيحه) ويمزج ويعمل تسهان أو ثلاثة من هذا المزيج وتوضع في قوالب مستديرة متساوية الحجم مدهونة بالزبد أو مغطى قاعها بورقة خفيفة مدهونة بالزبد ويخبز في فرن معتدل الحرارة . وبعد ما يبرد توضع الفطائر الثلاث الواحدة فوق الاخرى وبين كل واحدة واخرى قليل من مربى الشمس أو أي نوع من المربى يليق بهذا الغرض وكذلك يدهن سطح الفطيرة العليا ثم يحلى بالمزيج الآتي : —

يخلط أوقيتان من السكر الناعم وسنلها من الزبد واللوز المدقوق أو المبروم فرماً ناعماً وقليل من الفانيليا ثم يسجن ويبرد على هيئة رقاقة صلبة ثم يقطع على شكل أوراق زهرة (عباد الشمس) وتنسق على سطح الفطيرة

وفي وسط الزهرة مكان البذور يعمل بالمزيج الآتي : —

أوقية زبد مخفوق وأوقيتان سكر ناعم وأوقية شكولاته أو كاكاو وقطعة أو اثنتان من

الكرز السكر

يخلط الجميع ويملأ بهذا المزيج وسط الزهرة على شكل البذور

فتحية عبد الحكيم