



بسم الله الرحمن الرحيم وبه نستعين إله خير ناصر ومعين الحمد لله رب العالمين وصلى الله على محمد و علي وآلهما الطيبين الطاهرين ولعنة الله على أعدائهم أجمعين أبد الآبدین

**در کلام مقدس وحی آمده است : یا ایها الناس کلوا مما فی الأرض حلالا طیباً**

# بازارچه طیبات = ثمرات طیب ۲

**بخش تهیه و عرضه ثمرات و معاملات این بازارچه به همت برخی از مشترکین دایر شده، و به مجله حیات اعلی مربوط نمی باشد، مجله صرفاً در امور علمی و اطلاع رسانی آن یاری می کند**

## ۱- نام گیاه: موسیر



**نامها:** نام فرانسوی - Ail cultivate - نام انگلیسی - garlic -

نام علمی - Allium sativum

به پرورش آن سیر مزروعی و نوع کوهی آن موسیر گویند

**شکل ظاهری:** بوته آن شبیه به بوته پیاز می باشد با یک پیاز در زمین گیاهیست پایا با گل‌های کوچک صورتی یا مایل به سبز و چتری به ارتفاع ۵۰ تا ۶۰ سانتی متر

**طبع:** خیلی گرم و خشک  
موسیر از سیر گرم تر و خشک تر است

**از فواید آن:** خواصش شبیه پیاز و سیر است

محرک قلب - کاهش دهنده قند خون - زیاد کننده ترشح صفرا -  
محرک و نرم کننده سینه - مقوی نیروی جنسی - برای نفخ و  
اسهال خونی - ضدسرفه - قاعده آور - محلل و ضد عفونی کننده و  
التیام دهنده زخم - باز کننده گرفتگی ها و انسداد مجاری -  
اشتها آور - خردکننده سنگ کلیه - برای بیماری استسقا یا اناسارکا -  
برای معالجه بواسیر - تقویت معده - معالجه آسم و سرفه و  
برونشیت - معالجه سرع - برای روماتیسم - معالجه جذام و سرما  
خوردگی - کاهش خطر بیماری های قلبی و تصفیه آواز

**قطره موسیر:** برای تسکین درد گوش  
**جوشانده:** جوشانده ۱۵۰ گرم پیاز یا موسیر در یک لیتر آب عسل  
بعنوان جوشانده مدر و درمورادی که دفع ادرار با مشکل مواجه است

**انواع مصرف:** در برنج - ترشی و مخلوط با ماست مصرف می شود - برای آبسه و محل نیش حشرات - مار و عقرب آن را در روغن له کرده و بر محل می گذارند -  
برای زنان حامله و اشخاص شکم روش به صورت پخته خورد شود

## ۲- نام گیاه: آویشن



**نامها:** نام فرانسوی - Thym - نام انگلیسی - Thyme - نام علمی - Thymus vulgaris L.

نام های محلی دیگر آن آزره - آویشم - سوسنبر و اشمه کوهی - خوشاروزه (اصفهان)

**شکل ظاهری:** گیاهیست چند ساله با گل‌های کوچک خوشه ای سرخ و سفید و مورد علاقه زنبور عسل یک نوع برگ‌هایش کوچک و برگ‌های آن پهن بیضی شکل است معروف به آویشن شیرازی و نوع دیگر برگ‌های آن کمی درازتر و باریک است - آویشن باریک اغلب در کوهها پیدا می شود

**طبع:** گرم و خشک

**از فواید آن:** باز کننده ادرار و قاعده - اخراج مشیمه - درمان شبکوری - جهت امراض عفونی بخصوص عفونت کبد و مننژیت و اختلالات مغزی - برای اختلالات کلیه - جهت زخم های چرکی -  
جهت دردهای معدی - جهت سیاه سرفه - برای تنگی نفس - اعمال و اجزاء جنسی و تناسلی را  
در بدن تحریک و تقویت می کند - هوش و قوه ادراک را زیاد می کند - قابض و مقوی است و برای  
نارسائی کبد نیز مفید است آویشن در عفونتهای ریوی - برونشیت - آسم - گریب - آنزین - سوء  
هضم و تخمه - دل درد و ورم امعاء نیز مصرف می شود - مانع لقوه - برطرف کننده بلغم

**دم کرده آن :** جهت زکام - برای رفع خستگی و ضعف مغز  
**جوشانده آن :** بعنوان کمبرس جهت درمان رگ به رگ شدن و پیچیدگی عضلات نافع برای معالجه تب برفکی حیوانات

**انواع مصرف:** به صورت خام - به صورت خشک شده بر روی غذا - دم کرده - گل آویشن خیلی معطر و به عنوان ادویه در آشپزخانه استفاده میشود

## ۳- نام گیاه : زرشک

نام ها: نام فرانسوی - Vinettier - Epine vinette - Vnaignette - نام انگلیسی - Barberry tree - نام علمی - Berberis vulgaris



**شکل ظاهری:** درختچه ای است که بلندی آن ۱ - ۴ متر است در گونه های مختلف - برگ های آن بیضی شکل با دندان های اره ای و اغلب منتهی به خار کوچک پوست شاخه های جوان آن اغلب قهوه ای و قرمز در برخی موارد مایل به زرد و چوب آن زرد رنگ است گل های آن زرد خوشه ای و آویزان می باشد میوه آن گوشتی کوچک کمی دراز به رنگ قرمز تیره دارای طعمی ترش است در میوه آن مقدار زیادی مالیک اسید و تارتاریک اسید یافت می شود که عامل ترشی میوه می باشد البته کمی نیز قند وجود دارد میوه زرشک دو عدد دانه دارد نوع بی دانه آن هم وجود دارد

**طبع:** سرد و خشک

**از فواید آن:** برای اختلالات رحمی - برای خانم هایی که دوره یائسگی شان نزدیک است - برای تقویت و رفع انسداد کبد سرد - قابض است و مقوی قلب و صفرابر - مسکن حرارت معده و کبد و بندآورنده سیلان خون از بواسیر - جلوگیری از خونریزی مزمن - مسکن تشنگی - فرو نشاننده حرارت معده و جگر - برای بازشدن جگر - درمان استسقاء - درمان سردی احشاء - نافع برای معالجه اسهالی که از ضعف جگر و یا به سبب زیادتی بلغم باشد.

**برگ زرشک:** رفع زخم روده ها - اسهال های ناشی از ضعف آلات و احشای داخل شکم  
مصرف با عسل برای سرف هدرمان رقیق شدن خون - ریشه آن : دارای اثر مسهلی - ضد تب - برای ترک تریاک -  
**دانه زرشک:** جهت زخم معده - برای دل درد - جهت اسهال - رنگ قرمز: استفاده در رنگرزی

**انواع مصرف:** مصرف به صورت خام - طبخ در غذاها مانند برنج - آب زرشک. در مورد اشخاص سردمزاج آن را مخلوط با داروهای گرم مانند زنجبیل بخورند

## ۴- نام گیاه: میوه درخت بلوط

نامها: نام فرانسوی - Gland نام انگلیسی Oak tree - از خانواده (Fagaceae(cupuliferae



**شکل ظاهری:** ارتفاع این درخت در بعضی نواحی تا ۵۰ متر و قطر تنه آن به ۳ متر نیز می رسد برگ های درخت بلوط پنجه ای و مانند انگشتان دست می باشد. میوه درخت بلوط که به نام بلوط معروف است مانند فندق ولی بزرگتر بوده و میوه آن در پاییز می رسد

**طبع:** سرد و خشک

**از فواید آن:** برطرف کننده بواسیر - رفع اسهال ساده و اسهال خونی - برطرف کننده درد معده و گاز معده - برای رفع کم خونی - درمان نرمی استخوان - برای تقویت عمومی بدن - قابض - خواص برگ درخت بلوط: توقف کننده خونریزی ها - درمان کننده بواسیر خونی - خاصیت ضد عفونی درد - زیادکننده ادرار - از بین برنده ترشحات زنانه. مصارف خارجی -

**پوست درخت بلوط:** درمان کننده خون مردگی - از بین برنده آگزما - برای درمان بیماری های پوستی - برای درمان واریس سه گرم پوست درخت بلوط مخلوط با عسل برای قطع خونریزی رحم بسیار مفید است - برای بند آوردن خونریزیها - زخم معده - شروع بیماری سل - اسهال - اسهال خونی - ادرار در بستر - رفع ترشحات زنانگی - غرغره غلیظ آن در موارد ورم لوزتین مفید است

**انواع مصرف:** آنرا خشک - پودر کرده - یا در گندم مخلوط می کنند و از آن نان تهیه می نمایند مانند قهوه به نام قهوه بلوط مصرف میکنند - سوخته آن برای زخم ها

## ۵- نام گیاه: زنجبیل (زنجبیل سفید)

نامها: نام فرانسوی - Gingembre - نام انگلیسی - Ginger - نام علمی - Zingiber officinalis Rosc



**شکل ظاهری:** گیاهی پایا با بیخ یا ساقه زیر زمینی غده ای شکل - گره دار - ناصاف و برگ های متناسب نیزه ای بیضی و دراز و نوک تیز دارای ۳ تا ۴ ساقه به ارتفاع ۲۰ تا ۱۰۰ سانتیمتر شبیه نی به صورت خلقتی (خود رو) در هندوستان و سیلان و چین نشتارداد در مناطق گرم و مرطوب نیز کشت می شود زنجبیل تجارتنی غده زیر زمینی آن است که در اواخر بهار از خاک بیرون آورده و شسته و ریشکها را قطع می کنند.  
**انواع:** دو نوع دارد سفید و خاکستری که سفید آن از کشورهای شرقی وارد می شود. زنجبیل سفید نسبت به خاکستری بدون پوست خارجی و پهنتر و درازتر و باریکتر است و ریشه سیلک تر و شکننده تر و بوی آن کمتر ولی طعم آن تندتر است. بهترین زنجبیل آنست که پوسته خارجیش طلایی رنگ و داخلش لیمویی رنگ باشد.

**طبع:** خیلی گرم و خشک

**از فواید آن:** همین بس که در قرآن کریم شراب طهوری که به اهل بهشت وعده داده شده، با مزاج زنجبیلی توصیف شده است، (و یسقون فیها کاسا کان مزاجها زنجیلا) سوره الإنسان آیه ۱۷.

گرم کننده و معرق - مفید برای سرماخوردگی سخت که همراه با قی و استفراغ است - التهاب سینه - سرفه - استسقا - اسهال - تقویت معده - قاعده آور - رفع بی نظمی و تأخیر در عادت ماهانه - مقوی حافظه و هاضمه - ضد قی و استفراغ در دریا - اتوبوس و غیره - رفع سموم حیوانی - مسکن درد - کاهش فشار خون و محرك قلب - جلوگیری از سرطان - حالت زکام و آبریزی که با انواع داروهای شیمیائی خوب نشده، با مصرف چند قطعه کوچکش در فاصله چند ساعت بکلی خوب می شود، بهترین آدولت کولد و قرص ضد سرماخوردگی - داروی تنگی نفس و آسم - اشخاص مبتلا به بادر زانودرد کمردرد باید آنرا جزو برنامه غذایی و دارویی خود قرار دهند. مبتلایان به عوارض قلبی برای بازکنندگی عروق و جهت سوزاندن چربی داخل خون.  
**تذکر:** بر اساس تجربه خاصیت زنجبیل تازه یک دهم زنجبیل خشک است.

**انواع مصرف:** باتوجه به خواص متنوع آن و نشأت گرفتن بسیاری از بیماریها از سردی مزاج، مناسب است برای اغلب افراد که بطور مرتب مقداری از آنرا جزو برنامه غذایی روزانه شان (سالاد - طبخ غذا) قرار دهند. زنجبیل به صورت تازه یکی از اجزای یک سالاد کامل است، نیز در طبخ غذاها به مقدار (دو سه کردو در غذای بنج نقره) بکار می رود، برای برهیز از مصرف نمک اضافی ابتدا غذاهای خود را با مانند زنجبیل طعم داده، و بعد به مقدار ضرورت نمک اضافه کنید - برای صورتی شدن رنگ گوشت خورشت و غذاهای گوشتی در طبخ (که نوعا تیره می شود) اگر جداگانه گوشت را با زنجبیل سرخ کنید، صورتی خوشرنگ شده، و می توانید در آخر کار گوشت را به غذا اضافه کنید، مریای زنجبیل یکی دیگر از محصولات زنجبیل تازه است، که در کتب قدیم طب راه نگهداری از زنجبیل تازه برای مصرف دارویی و غذایی ذکر می شده است، به صورت تازه می توان در دهان جوید. می توان آن را در فریزر طولانی مدت نگهداری کرد که از خشک شده آن بهتر و مقدار مصرف ریشه تازه زنجبیل برای دارو دوبرابر گرد خشک شده آن است، در مصرف برای کبد های علیل و ضعیف احتیاط شود.

نامها: نام فرانسوی و انگلیسی Orchis از خانواده Orchidaceae



**شکل ظاهری:** دارای انواع مختلفی است گیاهی است چند ساله به بلندی ۱۵-۵۰ سانتی متر. گل‌های آن قرمز ارغوانی و خوشه ای دارای غده زیر زمینی پنجه شکل برگ‌های آن بدون دمبرگ- هن بیضی موجی که ساقه را آغوش گرفته است. عموماً قسمت زیر زمینی نعلب دارای دو غده است که ریشکها از آنها خارج می شوند. یک غده تو خالی که مولد و منشأ گیاه در حال رویش است و دومی غده ای تو پر که برای تولید و رشد گیاه در سال آینده می باشد و همین غده پر است که بهعنوان دارو و خوردنی مصرف می شود. غده آن کمی شیرین- لزج و کمی تند است. در حال خامی به نخ کشیده می شود و خشک شده آن تا دو سال خاصیت دارویی دارد.

**\*طبع:** گرم و مرطوب

**\*از فواید آن :**

خون ساز و مقوی- نرم کننده سینه و قابض و برای کزاز. تشنج خشک. فلج. لقوه و تقویت اعصاب.

**\*انواع مصرف:** به صورت تازه و خام و با شکر خورده شود- آرد آن مغذی و مقوی است. مخلوط با شیر و کاکائو غذای مقوی و خوبی است برای اطفالی که ضعیف هستند. مقدار خوراکی نعلب حداکثر برای بزرگسالان تا ۸ گرم است. گرم مزاجان با سکنجبین بخورند. با گرد محصول صنعتی نعلب به اضافه آب- شکر و مواد معطر، ژله خوشمزه و مقوی درست میکنند. شما از محصول آفریدگاری آن استفاده کنید. برای تهیه شیرموز جهت غلظت آن استفاده می شود

## هزینه و نرخ عرضه ثمرات طیب :

تعدادی از این گیاهان آخر فصل آن است و یا کم باب شده اند بعضی در بازار موجودند، بعضی باید از کوه و دشت جمع شوند و به صورت تازه و خشک شده ارائه شوند، فلذا بنا به دسترسی نرخ آنها متفاوت است، که به صورت حدودی آنهایی که در بازار است طبق نرخ بازار، و بقیه را دستمزد جمع آوری کننده از کوه و دشت بر اساس مقدار سفارش در نظر گرفته شده، ممکن است ارزانتر یا کمی بیشتر شود، البته مقدار سفارشات بیشتر، در کاهش قیمت تأثیر دارد و طبق آن نرخ عرضه تعیین می شود.

\*قیمتهای ذکر شده مربوط به ثمرات تازه در شیراز است بجز زنجبیل که از خارج از کشور وارد می شود و در تهران عرضه می شود.

\*سفارشات این ثمرات بصورت خشک شده نیز پذیرفته می شود

\*قیمت یک کیلو ثمره تازه: موسیر=۱۴۰۰ تومان

\*قیمت یک کیلو ثمره تازه: آویشن=۷۰۰ تومان

\*قیمت یک کیلو ثمره تازه: زرشک = ۵۰۰۰ تومان

\*قیمت یک کیلو ثمره تازه: نعلب = ۴۵۰۰ تومان

\*قیمت یک کیلو ثمره تازه: بلوط = ۵۰۰ تومان

\*قیمت یک کیلو ثمره تازه: زنجبیل = ۲۰۰۰ تومان

\*زنجبیل تازه محصول وارداتی است، تا قبل از این زنجبیل وارداتی تازه به قیمت کیلو ۹ هزار تومان در تهران عرضه می شد، که البته با توجه به قیمت خشک آن که در عطاریها عرضه میشود هم متناسب بود، ولی اخیراً زنجبیل تازه با قیمت بسیار استثنائی (فوق الذکر) عرضه شده که مربوط به واردات از کشور کره می باشد.

با توجه به مقدار لازم برای مصرف در هر سالاد با غذا (اندازه دو گردو) هزینه مصرف روزانه اش نیز بسیار تقلیل پیدا می کند.

## مراکز فعلی سفارش و عرضه ثمرات طیب در کشور

جنوب (شیراز)=.....

یزد = .....

اصفهان = .....

تهران = .....

خراسان (مشهد رضوی) = .....

والحمد لله رب العالمین