كنا بنجيبها ونضع بها شوية رملة وفوقها اللحم ونولع فيه علشان تتدفئ في الشتاء ، كان والدى يضع قشر البرتقال على الفحم وبعد ما يستوى بأكله ، وكان ساعات بيضع البرتقالة صحيحة ولما تتشوى كان بيأكلها ". 1) ويستخدم أفراد المجتمع البدوى المرمرية والينسون ، أو ينسون ، ٢) ورق زيتون ، ولبنان دكر ، ويركز أفراد المجتمع الحضرى على المشروبات الساخنة مثل الليمون ، والجوافة ، والبرتقال ، كما يقول إخبارى رقم (١٠) " أهم حاجة العصائر الساخنة وأحسنهم عصير الليمون ، أو عصير البرتقال ولابد أن يكون عصير البرتقال مركز ؛ وبشرب بدون إضافة سكر ، ٤) فتقول إخبارية رقم (١٩) " بنجيب ليمونتين أو ثلاثة ، ونعصرهم فى كنكة ونضع معهم القشر ، ولما يغلوا قوى قوى يشربهم المريض ، يقول المعالج بالأعشاب عن إستخدام البرتقال أو الليمون والجوافة لعلاج نزلات البرد " تعتمد هذه الطريقة على فيتامين (C) الموجود بالبرتقال والليمون هو موجود بالموالح عموما ، (٧) ويقول الصيدلي عن هذه الطريقة لعلاج البرد " أعرف إن فيتامين (C) يتركز في القشر أكثر من البرتقالة نفسها ، ودى حاجات معروفة عن قشر البرتقال ، وقشر اليوسفى بهم فيتامين (C) أكثر من الثمرة نفسها ، أما الجوافة فهى جميلة جدا للكحة فقد يكون البرد مصحوب بكحة حتى أنه يوجد ادوية شرب مصنوعة من أوراق الجوافة "(٨) 1) المرجع السابق ، ص ٣٠ .

lakhasly.com © تم تلخيص النص بواسطة موقع لخصلي