

كنا بنجيبها ونضع بها شوية رملة وفوقها اللحم ونولع فيه علشان تتدفى 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 ولا بد أن يكون عصير البرتقال مركز ؛ وبشرب بدون إضافة سكر ، ٤ ) فتقول إخبارية رقم (١٩) " بنجيب ليمونتين أو ثلاثة ، ونعصرهم فى كنفكة ونضع معهم القشر ، ولما يغلوا قوى قوى يشربهم المريض ، يقول المعالج بالأعشاب عن إستخدام البرتقال الموجود بالبرتقال والليمون هو موجود بالموالح (C) أو الليمون والجوافة لعلاج نزلات البرد " تعتمد هذه الطريقة على فيتامين يتركز في القشر أكثر من البرتقالة نفسها ، ودى (C) عموما ، (٧) ويقول الصيدلي عن هذه الطريقة لعلاج البرد " أعرف إن فيتامين أكثر من الثمرة نفسها ، أما الجوافة فهى جميلة جدا للكحة (C) حاجات معروفة عن قشر البرتقال ، وقشر اليوسفى بهم فيتامين . فقد يكون البرد مصحوب بكحة حتى أنه يوجد ادوية شرب مصنوعة من أوراق الجوافة " (٨) 1 ) المرجع السابق ، ص ٣٠