

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 ، ويتغلوا مع بعض ويتشرب على الريق ، ويركز أفراد المجتمع الحضري 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 ؛ ويشرب بدون إضافة سكر ، فتقول إخبارية رقم (١٩) " بنجيب ليمونتين أو ثلاثة ، ونعصرهم فى كنكة ونضع معهم القشر ، ولما يغلوا قوى قوى يشربهم المريض ، (C) يقول المعالج بالأعشاب عن إستخدام البرتقال أو الليمون والجوافة لعلاج نزلات البرد " تعتمد هذه الطريقة على فيتامين الموجود بالبرتقال والليمون هو موجود بالموالح عموما ، (٧) ويقول الصيدلي عن هذه الطريقة لعلاج البرد " أعرف إن فيتامين أكثر من (C) يتركز في القشر أكثر من البرتقالة نفسها ، ودى حاجات معروفة عن قشر البرتقال ، وقشر الليمون بهم فيتامين (C) 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 .