

أكلات لا تتناولها في السحور



الأحد 5 يونيو 2016 12:06 م

مع ليلة من ليالي رمضان تحتوي الموائد المصرية على عدد من الأصناف المعتاد عليها في رمضان تتسبب في زيادة العطش، بالرغم من أن الصيام يحتاج إلى تناول أكلات معينة في السحور حتى تقاوم شعور العطش والجوع في الصيام، إلا أن المصريين يمتلكون وجهة نظر أخرى في سحورهم، بعيدة عن فكرة العطش أو الجوع

ويوجد عدد من الأكلات التي يتناولها المصريون في سحورهم بالرغم من إنها لا تصح مع الصيام لأنها تتسبب في الإحساس بالجوع والعطش من أبرزها:

البطاطس المحمرة

طبق كبير يتوسط المائدة بجوار الفول، يحتوى على عدد من أصابع البطاطس المحمرة الساخنة التي يفضلها كثيرون في السحور، ومالم يعرفه الكثيرون أن البطاطس المحمرة من أكثر الأطعمة التي تسبب الشعور بالعطش وذلك لاحتوائها على كمية كبيرة من الزيوت

البسطرمة

لا تختلف كثيراً البسطرمة عن حال البطاطس المحمرة، فنجد أن إبداعات المصريين في البسطرمة كثيرة، لكن أبرزها تواجدها مع البيض المقلّى كصنف أساسي على السحور، ومن المتعارف عليه أن البسطرمة تتسبب في العطش لفترات طويلة لما بها من قطع ثوم يتطلب هضمها كمية كبيرة من الماء

الجبن الرومى

واحدة من أكثر الأصناف التي يفضلها معظم أفراد الأسرة، وتتواجد في معظم وجباتهم، لكن من غير المنطقي أن يتواجد الجبن الرومى في السحور بصحبة الزيتون الأسود والأخضر، لأنه يحتوى على نسبة عالية من الأملاح، ويتسبب في الشعور بالعطش لفترات طويلة

الطعمية

دائماً ما يربط المصريون بين الفول والطعمية ارتباطاً شديداً، ذلك على الرغم من أن الفول من أفضل الأشياء في السحور على عكس الطعمية التي تتسبب في كثير من الانتفاخات وتعطى شعور بالألم المعدة، فضلاً عن الإحساس بالعطش التي تتسبب فيها

سلطة بطاطس مهروسة

على الرغم من كون البطاطس المهروسة من الأطعمة الصحية والخفيفة، إلا أن إضافة الثوم والفلفل لها يحولها إلى وهج من النار في المعدة ويتسبب في مشكلات كثيرة أثناء الصيام