

MENORA de FOCȘANI



Minirevistă a Comunității Evreilor din Focșani

□ APARIȚIE LUNARĂ □

Nr.11 // 01 - 30.11.2009





D I N C U P R I N S

1. – **În memoria SAREI DAN-MEEROVICI „O amintire” (Candid Stoica) – Pag.3**
2. – **În memoria SAREI DAN-MEEROVICI „O amintire” – Pag.4**
3. – **ȘTIRI PE SCURT – Pag.5**
4. – **PERIPLU MONDEN – Pag.6**
5. – **ȘTIRI DESPRE ISRAEL – Pag.7**
6. – **BUCĂTĂRIA LA ÎNDEMÂNA TA! – Pag.8**
7. – **UMOR LA PURTĂTOR – Pag.9**
8. – **ȘTIAȚI CĂ? – Pag.10**
9. – **CURIOZITĂȚI ISTORICE – Pag.11**
- 10.– **DICȚIONAR IUDAIC – Pag.12**
- 11.– **REMEDII NATURISTE – Pag.13**
- 12.– **NATURA LA ÎNDEMÂNA TA! – Pag.14**
- 13.– **CALENDARUL LUNII NOIEMBRIE – Pag.15**
- 14.– **TOMATA SAU PĂTLĂGEAUA ROȘIE ? – Pag.16**
- 15.– **INFO-CLUB / AGENDA ACTIVITĂȚILOR LUNII NOIEMBRIE – Pag.17**
- 16.– **CONCURS PE TEME IUDAICE – NR.5 LUNA NOIEMBRIE – Pag.18/19**
- 17.– **LANSĂRI DE CARTE – Pag.20**
- 18.– **POȘTA REDACȚIEI – Pag.21**
- 19.– **O CARICATURĂ PE LUNĂ – Pag.22**

COLECTIVUL REDACȚIEI :

MIRCEA ROND președinte

HARIETA ROND responsabil vârsta de mijloc

NEGOIȚĂ T. BOGDAN editor proiect - redactor - corector

REDACTIA:

Str. Oituz nr. 4, FOCȘANI

SITE OFICIAL AL COMUNITĂȚII FOCȘANI : www.focsani.jewish.ro

e-mail: rondmircea@yahoo.com

telefon: 0237/623959 mobil: 0745171287



"În memoria Sarei Dan-Meerovici" O Amintire ... ***Candid Stoica***

Stau în fața foii albe a jurnalului ... ieri a fost o zi anostă. La teatru nu au fost repetiții nici sedințe. La Radio nu m-au chemat, la televiziune am declarat că nu mă mai duc ... Depozitul e în inventar. Deci n-am nimic de semnalat. Dar cum stăteam în fața foii albe storcându-mi creierii să scriu ... un fapt cât de cât interesant, o replică spirituală, la un moment dat, de somn, mi-a căzut capul pe masă, așa că m-am dus să mă culc. M-am băgat încet în pat lângă Sara, care deja ațipise, dar n-am putut adormii multă vreme. Prezența ființei ei îmi transmitea tot felul de semnale. Stam cu ochii deschiși și prin fața lor mi se perindau ca într-un film imagini ... cu noi doi ...

Ne cunoscusem la Piatra Neamț ... Era de-o frumusețe stranie, care m-a tulburat de cum am văzut-o ... M-am gândit mult timp la ea ... Ce fată minunată, ce bine ar fi să o cunosc mai de aproape. Până m-am tot gândit eu ... ea dispăruse din oraș. Am căutat-o la Buhuși, la părinți, dar plecase la București, iar părinții, probabil temători, n-au vrut să-mi spună unde o pot găsi. Printr-o minune, ne-am revăzut în București și am constatat cu surprindere că ... nu ne uitasem. Ne căutam reciproc și când nu ne vedeam câteva zile ni se părea viața tare tristă. Nu ne spuneam cuvinte de dragoste, nu-i făcusem declarații ... mă feream ca dracul de tămâie ... vorbeam, povesteam și aveam impresia că ea ascultă extaziată ... Aveam impresia că amândoi întâlneam dragostea, dar superstițioși pentru că avusesem înainte experiențe nereușite nu vream s-o recunoaștem ... Râdeam amândoi mai tot timpul. Ne uitam unul la altul și părea că nu există nici un dubiu că ne plăcem. Am dus-o așa luni de zile. O stagiune întreagă. Întâlniri ocazionale, vizionări de filme, mângâieri și săruturi furate, sau mozul cum spun golani, în timpul spectacolului, pentru că ea stătea la o mătușă, iar eu deși eram băiat mare, locuiam la tata. Până când a venit concediul ... Atunci am realizat amândoi catastrofa, trebuia să ne despărțim pentru o lună de zile ... La asta nu ne-am așteptat nici unul nici altul ... Stăteam triști amândoi având sentimentul că se sfârșește lumea ... până într-un târziu când ea a spus cu jumătate de voce : „Aș vrea să te prezint părinților mei ... la Buhuși ...”. A fost ca o adevărată lună de miere ... l-am cunoscut părinți și ei au căutat să mă cunoască pe mine, alintându-mă în cele mai neobișnuite feluri și întinzându-mi mici curse să vadă dacă sunt serios, dacă nu cumva sunt bețiv, dacă e ceva de capul meu ... La toate probele lor am căzut : m-am îmbătat, am vrut să fiu hazos și n-am fost decât grobian spunând tot felul de glume deochiate, am spus tot felul de prostii, vrând să fac pe inteligentul și cred că părinții ei s-au îngrozit etc ... Am colindat pe coclauri, am făcut vizite, dar după o lună am trebuit să ne întoarcem. Și cum drumul de întoarcere de la Buhuși la București trece neapărat prin Bacău, trenul s-a oprit **în gară la Bacău.**

Dar înainte de a ajunge la Bacău, ea începuse să dea semne de nervozitate. Că trenul e mizerabil, că e praf, că bancheta e murdară și că ea o să coboare în gară la Bacău să-și ude Batistuța ... Mi-e mi s-a părut riscant, dar eu începusem să nu mai am judecata mea; dacă ea vrea ce ar putea să se întâmple? Nu e bine să te opui unei femei când vrea ceva, știam eu din experiență. O să coboare, o să-și ude batistuța ... avea o batistuță albă cu chenar roșu cum îi stă bine unei batistuțe ... și o să se întoarcă ... Și a coborât ... Avea pe ea o pereche de **jenși**, care îi scoteau șoldurile în evidență și o bluziță sub care se ghiceau sâni perfecți, iar în picioare niște saboți ... (erau la modă și ei îi plăcea tot ce e la modă...) s-a dus la o arteziană, și-a udat batistuța și-a plimbat-o pe frunte pe gât (ah ce gât frumos



MENORA – MINIREVISTA A COMUNITĂȚII EVREILOR FOCSANI

are. N-am îndrăznit să mă mișc în pat să mă uit încă o dată la ea. Aș fi trezit-o. Are un somn ușor!) și era cazul să se întoarcă, dar ea nu dădea semne că ar vrea să facă așa ceva ... era soare, era frumos și inima mea era plină de făptura ei ... dar deodată s-a auzit un șuerat scurt și trenul a început să se miște ... la început încet apoi din ce în ce mai tare. Stăteam pe scara vagonului și mă uitam ca un tâmpit cum trenul se îndepărtează tot mai mult de ea nerealizând ce se întâmplă. Aveam impresia că asist la o glumă și că trenul va reveni la locul dinainte. Dar n-a fost așa ... Trenul a prins viteză depășind repede liniile de triaj, ieșind în câmp, făcând imposibilă orice tentativă de a sări. Am rămas ca trăznit. Totul se petrecuse fulgerător că nu-mi venea să cred că e adevărat ce s-a întâmplat. Deodată m-a apucat disperarea gândindu-mă la faptul că ea rămăsese în gară fără bani, fără acte. Dar ce mă intriga cel mai mult, era figura ei zâmbitoare deloc panicată, ca și cum ar fi vrut să-mi facă o șotie.

Controlorul însă m-a sfătuit să cobor la prima stație, să explic situația șefului de gară lăsându-i și biletul, și când ea va sosi cu următorul tren, care este un Rapid, pentru că fiind o persoană inteligentă, sigur așa va proceda, v-a avea bilet și v-a putea călătoria legal până la București, iar să mă urc în tren și să o aștept cu brațele deschise ... la destinație. Așa am făcut, dar drumul până la București a fost un calvar. Cel mai mult mă enervau râsetele și comentariile oamenilor din tren și din compartiment care asistaseră la toată scena ... care sugerau că e posibil ca ea special făcuse asta, ca să scape de mine, că mai mult ca sigur avea alte planuri și eu o încurcam ... că eu port vina, că ea e aproape un copil și eu, bunicul ei, trebuia să am grijă de ea. Degeaba protestam că nu sunt bunicul ci iubitul ei, îmi răspundeau ei știu asta, dar așa arătam, că se vede de la o poștă că sunt mototol ... și alte prostii și tâmpenii ... Alți, oameni binevoitori cu suflet curat m-au îmbiat să beau, zicându-mi că e bine, e sănătos, e bărbătesc și că așa voi suporta mai ușor despărțirea ... că cine știe dacă am s-o mai gădesc ... și eu naiv, ca să nu zic prost, ca să scap de gura lor am băut o înghițitură două, apoi încurajat am dat pe gât toată sticla în veselia generală după care am adormit în legănatul trenului ... ca un nesimțit ...

Ea-și urma cărarea-n codru, eu mă iau după a ei urmă, când ajung cu ea alături, răsuflarea-mi mi se curmă, am început să murmur la un moment dat în timp ce lacrimi mari mi se scurgeau pe obraji. Toți au rămas cu gura căscată, închipuindu-și că am temperatură și că durerea m-a făcut să aiurez, compunând versuri. Că ce de fapt poezia, dacă nu un delir, se întrebau ei ? Degeaba le explicam că sunt versuri din Eminescu, pe care le știam pe de rost încă din vremea studenției, ei susțineau că disperarea mă făcuse să fac versuri și că devenisem instantaneu ... poet. Necazul era, susțineau ei, că versurile nu se potriveau cu situația creată și frenetic au început să compună pe loc o variantă mai adevărată care suna cam așa : Ea a coborât în gară, el o aștepta pe scară, trenul scurt a fluerat ... și-n viteză a plecat ...



(Continuarea articolului în numărul viitor !)



ȘTIRI PE SCURT

- Israel lucrează la un sistem de avertizare ce va calcula locația exactă unde va cădea o rachetă pentru ca locuitorii din acea zonă să fie alertați prin intermediul telefoanelor mobile. "Se va crea o elipsă virtuală a zonei preconizate de impact și toate telefoanele din zonă vor primi un avertisment,"declara Chilik Soffer, oficial al Comandamentului israelian de apărare internă, citat de Jerusalem Post. "Vom folosi tehnologia de comunicații pentru a trimite semnale și lucrăm acum cu ministerul comunicațiilor pentru a face disponibile alertele" . Avertismentul va veni ca vibrație, alertă audio, lumină sau mesaj text, a adăugat acesta. Scopul este de a face mai concret sistemul de apărare aeriană pe care Israel îl are în comunitățile de la granița cu Liban și Gaza, care au fost atacate în mod regulat de rachete trase de Hezbollah sau grupuri palestinieni.
- Într-un discurs pronunțat la Istanbul, președintele iranian Mahmoud Ahmadinejad a cerut SUA să "aleagă între Israel și Iran". El l-a încurajat pe președintele Obama să opereze o schimbare în politica sa, subliniind că este imposibil să susțină în același timp Israelul și Iranul. Referindu-se la țările occidentale, liderul iranian a afirmat că dialogul și cooperarea sunt singura cale de rezolvare a diferendului privitor la activitățile nucleare ale țării sale, pe care le descrie că fiind "un drept natural". "Utilizarea energiei atomice în scopuri pașnice este un drept natural al Iranului", a declarat Ahmadinejad presei, după terminarea la Istanbul a unei reuniuni a Organizației Conferinței Islamice (OCI). Eforturile întreprinse de occidentali de amenințare a Iranului au lăsat țările lor "cu mâinile goale", a explicat liderul iranian, adăugând că "singură soluție trece prin cooperarea și dialogul cu Iranul". Casa Albă a cerut în aceeași zi un răspuns rapid din partea Teheranului la propunerile nucleare ale Agenției Internaționale pentru Energie Atomică în legătură cu îmbogățirea uraniului sau peste hotare și a avertizat că în cazul unei întârzieri nejustificate sau a unui răspuns nesatisfăcător, Iranul riscă înăsprirea sancțiunilor internaționale. Statele occidentale suspectează Iranul că încearcă să se doteze cu arme nucleare sub masca unui program nuclear civil, fapt negat însă la Teheran. Reuniunea OCI a avut și rolul de a strânge legăturile turco-iraniene. În timpul deschiderii Conferinței islamice axate pe chestiuni comerciale și luptă împotriva sărăciei, președintele turc a dat asigurări că țara sa, care este membră a NATO, va continua să acționeze ca intermediar pentru facilitarea unui dialog între Teheran și țările occidentale.
- Hamasul a acuzat marți serviciile israeliene că se află în spatele unui trafic cu gumă de mestecat afrodisiacă și cu alte stupefiante spre Fâșia Gaza, trafic ce urmărește să-i "pervertească" pe tinerii palestinieni. "Am descoperit două genuri de stimulanzii, introduși în Fâșia Gaza prin puncte de trecere cu Israelul. Primul se prezintă sub forma unei gume de mestecat, iar al doilea sub forma unor picături care sa iau cu o băutură", a spus Islam Shahwan, purtător de cuvânt al poliției. "Am arestat membrii grupului care a introdus aici aceste produse", a spus el. "Au recunoscut că au legături cu serviciile sioniste de informații și că produsele respective erau aduse împreună cu diverse mărfuri care intră în Fâșia Gaza prin punctele de trecere cu Israelul", a asigurat el. Potrivit oficialului, "una dintre persoanele arestate a spus că a primit cantități mari de astfel de produse de la un ofițer din Informații și la un preț foarte mic, ofițerul spunându-i că serviciile de informații nu vor bani, ci ca produsele să fie date tinerilor din Gaza". "Serviciile de informații încearcă să pervertească tânăra generație distribuind astfel de produse elevilor și studenților", a mai spus oficialul. Armata israeliană a refuzat să comenteze, dar o sursă militară a calificat drept "absurde" aceste acuzații.



PERIPLU MONDEN

◇ Celebra actriță italiană și unde mai pui că și super frumoasă, Monica Bellucci se află zilele acestea, în România pentru a filma câteva scene pentru “Whistleblower”. Artista a luat, joi seara, cina la restaurantul japonez Maiko din Cartierul Francez și a admirat peștii koi din incinta localului. Monica Bellucci a venit la restaurant și a luat cina în compania a doi bărbați: un român și un francez. Cei trei au comandat tot felul de preparate specifice: sushi, vită, iar Monica a primit din partea casei desertul Maiko, care este compus din cinci feluri de delicatese.

◇ Când sicriul cu trupul neînsuflețit al lui Gheorghe Dinică a fost coborât în groapă, unii oameni au mai găsit puterea să aplaude, în timp ce prietenii maestrului au plâns a neputință. Scena teatrului și filmului românesc este mai săracă. Gheorghe Dinică, unul dintre monștrii sacri ai culturii românești, a dat cea din urmă reprezentație în foaietul Teatrului Național din București, loc care i-a fost ca a doua casă. Sute de oameni, actori și fani, l-au condus pe ultimul drum pe aleea ce-i poartă numele, din Cimitirul Bellu. Maestrul Dinică și-a jucat, pentru ultima dată, rolul principal pe scena vieții. Nume mari, alături de care Gheorghe Dinică a încântat inimile atâtor români, au trecut, rând pe rând, pe la catafalcul artistului, în foaietul Teatrului Național din București. Cu gândul că-l vor vedea pentru ultima dată, prietenii de suflet, dar și oameni care l-au cunoscut doar din filme sau de pe scenă, nu și-au putut stăpâni lacrimile. După cinci ore, la ieșirea din Teatrul Național, sicriul cu trupul actorului a fost purtat pe umeri de colegii din serialul “Aniela”. În tot acest timp, mulțimea de admiratori a aplaudat fără încetare. „Dumnezeu să-l odihnească !”

◇ Înglodat în datorii, Nicolas Cage pare că va primi ajutor să iasă din criză chiar din partea amicului său, Johnny Depp. Surse credibile afirmă că actorul din “Pirații din Caraibe” se simte îndatorat lui Nicolas Cage, care l-a ajutat să își înceapă cariera și vrea astfel să-i întoarcă serviciul. “Johnny l-a sunat pe Nic ca să îi spună să nu își facă griji și că îl va ajuta să treacă peste toate. Niciodată Johnny nu a uitat ce a făcut Nicolas Cage pentru el”, a spus un apropiat al celor doi. Conform presei americane, Depp a obținut primul său rol în filmul “A Nightmare On Elm Street (1984)”, la recomandarea lui Nicolas Cage. În urmă cu câteva luni, fiscul american a depus o somație pentru plata a 6.257.005 dolari pe numele actorului din “City of Angels”, sumă datorată din neplata taxelor pe anul 2007.



ȘTIRI DESPRE ISRAEL

@ Benjamin Netaniahu cere negocieri urgente de pace cu palestinienii – deoarece situația nu mai poate ține. Primul ministru israelian Benjamin Netaniahu a cerut o reluare imediată a negocierilor de pace cu palestinienii și a promis să ia mai multe măsuri pentru îmbunătățirea condițiilor economice în zonele palestinene. Netaniahu a declarat într-un discurs ținut în fața Federației Evreilor din America de Nord că nu a venit cu propuneri noi privind oprirea coloniilor evreiești în Cisiordania. "Vreau să vă spun cât se poate de clar: Scopul meu nu este acela de a avea negocieri nesfârșite... Scopul meu este să obțin un tratat de pace permanent între Israel și Palestinieni", a subliniat șeful guvernului israelian. Netaniahu a mai avut o întâlnire între patru ochi cu Barack Obama, timp de peste o oră în Biroul Oval. Casa Albă a anunțat că Obama a reafirmat angajamentul ferm al țării sale față de securitatea Israelului, iar cei doi lideri au discutat despre ambițiile nucleare ale Iranului și despre procesul de pace din Orientul Mijlociu.

@ Actul de acuzare împotriva teroristului evreu Yaakov Teitl. La tribunalul districtual din Ierusalim a prezentat un act de acuzare împotriva lui Yaakov (Jack) Teitl, "teroristul evreu", suspect de asasinarea a doi palestinieni și o lungă serie de atentate cu bombă asupra vehiculelor poliției, activiștilor de stânga și a evreilor mesianici. Actul de acuzare menționează asasinarea unui păstor palestinian lângă Hebron, în Cisiordania, și a unui șofer palestinian de taxi la Ierusalim, în 1997, atentate cu bombă și incitare la rasism. Procuratura a cerut prelungirea stării de arest a suspectului până la sfârșitul procedurii judiciare. Născut în SUA, Jack Teitl a comis asasinatelor imputate înainte de emigrarea sa în Israel în 2000 și a fost arestat de poliția israeliană sub bănuiala de asasinat dar a fost eliberat din lipsă de probe. În pofida bănuielilor care planau asupra sa, lui Teitl i-a fost eliberat un permis de port armă iar în momentul emigrării "teroristul evreu" a introdus clandestin în Israel un veritabil arsenal compus din 6 puști și 4 pistoale, ascunse în containerul cu obiecte personale pe care l-a expediat din SUA în Israel. Activitatea terorista a lui Teitl în Israel este și rezultatul superficialității cu care a fost studiată cererea sa de emigrare de către Agenția Evreiască. În pofida unui cazier încărcat în SUA a fost suficientă o simplă declarație din partea sa că nu a fost implicat în acte infracționale, neînsoțită de un certificat de bună conduită din partea poliției americane pentru a i se acorda viză de imigrare în Israel.

@ Israel i-a avertizat pe palestinieni că declararea unui stat independent fără un acord de pace va duce la contramăsuri ale Israelului ce ar putea include și anexarea a mai mult teritoriu din Cisiordania ocupată. "Dacă palestinienii iau o asemenea măsură unilaterală, Israel ar trebui să ia în considerare... fără a adopta o lege să anexeze unele din colonii," declara ministrul mediului Gilad Erdan, apropiat al premierului Benjamin Netanyahu. Pe de altă parte ministrul de Externe Avigdor Lieberman a refuzat să precizeze ce măsuri ar putea lua Israelul, dar a subliniat că o asemenea măsură nu va trece fără un răspuns. Fără a stabili un termen de timp, oficialii palestinieni au anunțat că intenționează să meargă în fața Consiliului de Securitate al ONU pentru a primi sprijinul internațional pentru un stat independent în Cisiordania și Fâșia Gaza. Palestinienii s-ar simți frustrați de stagnarea negocierilor de pace. Senatorii americani care au vizitat Orientul Mijlociu au declarat că Washington se va opune declarației de independență a Palestinei în Consiliul de Securitate al ONU. Ei au cerut statelor arabe să oprească inițiativă deoarece nu are viitor. Declarațiile despre statului palestinian l-au făcut pe Netanyahu să declare că doar discuțiile de pace cu Israel vor asigura o asemenea concluzie.



BUCĂTĂRIA LA ÎNDEMÂNA TA !! – GĂTEȘTI DECI EXIȘTI !!

☉ **Salată de spanac cu ceapă** – *Ingrediente* : 1 kg spanac frunze ; 1 legătură ridichi ; 1 ceapă sau 4-5 fire ceapă verde ; 1 lămâie ; 1 lingură miere ; 1-2 linguri ulei de măsline ; sare și piper după plac. *Mod de preparare* : alegem frunzele de spanac, le spălăm bine, le strângem într-un sul și le tăiem fâșii de 1-2 cm. Spălăm ridichiile, le curățăm frunzele și codițele și le tăiem rotonde, apoi curățăm ceapa și o tăiem mărunț. Amestecăm într-un castron sau o salatiară frunzele de spanac proaspăt cu ceapa și ridichiile, apoi le stropim cu sosul format din : miere sau zahăr, uleiul, zeama de lămâie diluată cu puțină apă, piperul și sarea după gust. Amestecăm de câteva ori și dăm salata la rece vreme de 2-3 ore. Sfat practic – consumați cât mai des această salată, deoarece spanacul proaspăt nu e delicios, ci plin de vitamine și bogat în săruri minerale.

☉ **Pește afumat cu crudități** – *Ingrediente* : 500 g pește afumat ; 4 mere ; 2 țeline ; 2 morcovi ; 2 cartofi ; 2 salate verzi ; 2 ridichi negre ; 1 varză dulce ; 4 linguri ulei (preferabil de măsline) ; 1 lingură muștar ; 1 linguriță oțet ; sare ; piper. *Preparare* : curățăm și dăm pe răzătoare toate zarzavaturile, le amestecăm cu sare și piper după gust și le lăsăm să stea 30 de minute. Spălăm și curățăm de coajă cartofii, îi fierbem, apoi îi tăiem cubulețe, amestecăm cartofii cu 2 linguri de ulei. Din muștar și uleiul rămas preparăm un sos pe care îl turnăm peste zarzavatul ras. Adăugăm și cartofii și amestecăm. Curățăm peștele de oase, îl tăiem bucățele și îl amestecăm cu salata de legume. Potrivim gustul de sare și piper, cu mare atenție deoarece peștele afumat se știe este foarte sărat, riscând ca totul să devină foarte sărat în salată. Desfacem frunză cu frunză salata verde, o spălăm, o aranjăm pe o farfurie, iar peste frunze așezăm salata de crudități cu pește afumat. Ornați cu salată verde taiată fideluță, iar de decor puneți felii de lămâie și câteva frunze de pătrunjel sau busuioc.

☉ **Friptură de vită cu muștar** – *Ingrediente* : 2 kg carne de vită sau oaie ; 2 cepe ; 1 varză mică ; 2-3 rădăcini de pătrunjel ; 2 morcovi ; 3-4 căței de usturoi ; 3-4 linguri de untură ; 200 g muștar ; 1 lămâie ; 1 legătură leuștean ; 200 ml vin ; cimbru ; piper ; sare. *Cum preparăm* : spălăm carnea și o porționăm, curățăm legumele și carnea, le spălăm și le punem la fiert preț de 20 minute. Scoatem bucățile de carne, le trecem prin muștar, le presărăm după gust cu piper, cimbru și leuștean și le punem apoi într-o tavă unsă cu untură. Tava o dăm la cuptor, la foc mic spre mijlociu, pentru 45 de minute, vreme în care avem grijă să stropim periodic friptura cu zeama de lămâie și sosul din tavă. Între timp, curățăm usturoiul și îl zdrobim, îl amestecăm cu vinul, turnăm amestecul peste friptură și o lăsăm la cuptor încă 10 minute. Scoateți carnea, pe un platou și strecurați sosul, serviți preparatul la masă împreună cu măămăliguță caldă.

(VĂ URĂM POFTĂ BUNĂ!!)



UMOR LA PURTĂTOR

- ☀ Mi-am scos soția la un restaurant. Chelnerul, mi-a luat mie comanda: „Vreau o friptură de vită, cu garnitură.” Chelnerul m-a întrebat: „Nu vă îngrijorează vaca nebună?” „Nu, poate să-și comande și singură ce vrea” – am răspuns.
- ☀ Soțul se întoarce de la medic și soția îngrijorată îl întreabă: « Ei, ce ți-a zis medicul ? » El răspunde: „Începând de azi, nu mai facem dragoste; mi-a spus să nu mă ating de grăsime”.
- ☀ O femeie de 47 de ani, goală în ușa de baie, își întreabă soțul: « Tu crezi că-mi arăt vârsta?... » Soțul răspunde: „Dacă mă uit la părul tău, îți dau 29; la bust 32; pentru talie 36; la picioare 30...” Ea: Mulțumesc iubite, chiar crezi asta?” El: „Așteaptă, că n-am terminat de adunat!..”
- ☀ După ce s-au certat bine, doi soți merg în mașină fără să-și vorbească. Trecând prin dreptul unei crescătorii de porci, el spune: „Nu știam că ai rude prin zona asta...” Ea răspunde: „Ei bine, am socrii!..”
- ☀ - Doctore, am o problemă cu mersul la toaletă dimineața, la ora 5, am scaun... - Dar asta nu este așa de grav. – Problema este că mă trezesc la 6 ...
- ☀ Ce credea câinele lui Pavlov despre stăpânul lui: - Uite, domnule, ce reflex condiționat pe bătrânul acesta... când se aprinde lumina, îmi aduce de mâncare...!
- ☀ Publicitate într-un supermarket: “Șamponul #AMNEZIA# - Uți de mătrează!”
- ☀ Într-un magazin intră o doamnă foarte grasă: - Aș dori să văd un costum de baie care mi-ar veni... Vânzătorul: - Și eu...
- ☀ Prin ce se deosebește soția de un terorist? – Cu teroristul poți să mai negociezi.
- ☀ Boxerii au fost întrebați despre pericolul sportului pe care-l practică. 10% au spus că boxul este periculos pentru sănătate. 90% nu au înțeles întrebarea.
- ☀ -Toți mâinile sus! Are loc deturnarea avionului! – Aici sunt mulți copii și multe femei, domnule terorist! – Da ce – eu sunt animal!? Cum ne luăm zborul – le dau drumul.
- ☀ În zilele noastre sunt pietoni de două categorii: rapizi și accidentați.
- ☀ Tatăl controlează caietul feciorului mai mic: - De ce scrii cârligele astea așa de neregulat? – Astea nu sunt cârlige, sunt integrale.
- ☀ Un tip se plânge la serviciu că din fereastra lui se vede camera în care se dezbracă fetele, din care cauză nu poate trăi normal și lucra. Vine comisia, privește pe fereastră și nu vede nimic. Îi spune tipului: - Păi nu se vede nimic! – Dar ia urcați pe dulap!
- ☀ Trece un cortegiu funerar. Un trecător întreabă pe o blondă: - Cine e mortul? – Cred că cel din sicriu...
- ☀ Cum începe cearta ... Soția s-a așezat lângă mine, în timp ce butonam canalele de televiziune... M-a întrebat: « Ce vezi la televizor? » I-am răspuns: « Praful »
- ☀ Într-o seară, dorind să petrecem în oraș, soția mi-a cerut s-o duc într-un loc scump. Și atunci, am dus-o la o benzinărie.
- ☀ Femeia goală, se privește în oglindă... Nu e mulțumită de ce vede, și-i spune soțului: « Mă simt oribilă; par bătrână, grasă și urâtă. Am nevoie de părerea ta, sinceră. » Soțul răspunde: « Ai vederea perfectă!!! »



Știați Că

- Un întreprinzător englez, Benjamin Law, a fost primul care a transformat reciclarea hainelor care nu mai puteau fi purtate în materii prime, pentru noi materiale textile? Astfel, el a inventat 2 noi materiale: shoddy și mungo, bazate pe lâna recuperată din haine vechi, combinată cu lâna nouă. În 1860, în orașul Batley, Anglia, se produceau peste 7000 de tone din acest material.
- Dunărea este singurul fluviu din Europa care curge de la Vest la Est? Majoritatea apelor curgătoare au un curs Nord-Sud. Un alt râu important cu un curs asemănător din Europa este râul Po din Italia, 652 km iar în lume mai există alte câteva exemple: Yangtze (6.385 km, China, al treilea ca lungime din lume și cel mai mare din Asia) sau Narmada (1.312 km, India).
- Cea mai puternică bombă atomică detonată vreodată a avut o forță explozivă de 50 megatone de TNT (trinitrotoluen), de 2.500 de ori mai mare decât bomba de la Nagasaki? Numită "Tsar bomba", explozibilul a fost detonat de URSS în cadrul unui test desfășurat pe 30.10.1961 într-un arhipelag din Oceanul Arctic, în nordul Rusiei. Forța inițială a bombei era de 100 de megatone TNT însă a fost redusă pentru a limita cantitatea de deșeuri radiocative rezultate.
- "Tuna", fructul cactusului *Opuntia ficus-indica*, înseamnă "pară țepoasă"? Acesta se aseamănă la gust cu un kiwi și este folosit în alimentația oamenilor de peste 9000 de ani!
- Cea mai mare inundație a Bucureștiului a avut loc în martie 1865, când apele revărsate au ajuns și la nivelul de trei metri. Ambele maluri ale Dâmboviței, de la intrarea în București și până la ieșire, și în special cartierul Grozăvești, au fost atunci acoperite de ape care atingeau și 3 metri. După acest eveniment se votează legea prin care morile și zăgazurile care blocau firul apelor să fie desființate, pentru a nu se mai repeta catastrofa, însă fără mare succes. În 1892, Dâmbovița se revărsă din nou, de această dată Grozăvești, Căramidari și Cotroceni fiind acoperite de apă; Grădina Botanică a fost atunci distrusă în totalitate, mai puțin zona mai înaltă, cea dinspre Palatul Cotroceni.
- Singura cifră care nu se poate scrie cu litere romane este zero.
- Numele fluviului Amazon, din America de Sud, vine de la tribul Amazoanelor, femeile luptătoare care se spune că au trăit în bazinul Mării Negre. Atunci când cuceritorul statului Peru, Francisco Pizarro, a trimis o expediție de explorare a marelui fluviu, membrii acestei expediții au întâlnit pe cursul fluviului triburi de femei luptătoare, musculoase și foarte aprige în luptă, care mânuiau foarte bine arcul cu săgeți și care i-au înspăimântat și i-au obligat să se întorcă din drum.



CURIOZITĂȚI ISTORICE



☀ Erele geologice ale istoriei Pământului sunt: precambrian, cambrian, ordovician, silurian, devonian, carbonifer, permian, triasic, jurasic, cretacic, terțiar și cuaternar.

☀ Isaac Newton a fost membru al Parlamentului Englez în perioada 1689-1690 și în 1701.

☀ Nicolae Grigorescu a realizat pictura interioară a Mănăstirii Agapia la numai 20 de ani.

☀ Ceasul de buzunar a fost inventat în jurul anului 1500 de către Peter Henlein din Nürnberg, Germania.

☀ Prima expoziție personală a pictorului Gheorghe Petrașcu a avut loc la Ateneul Român în 1900, unde a fost remarcat de scriitorii Barbu Delavrancea și Alexandru Vlahuță, care i-au cumpărat câte o lucrare.

☀ Marea Neagră este un rest din Marea Sarmatică, aceea care cu 50 de milioane de ani în urmă se întindea din centrul Asiei și până în centrul Europei.

☀ Denumirea de dinozaur - care înseamnă în grecește "șopârlă înfiorătoare" - a fost folosită pentru prima dată de către Richard Owen, în anul 1841.

☀ Localitatea Cărani din județul Timiș, în trecut Mercydorf, este singura așezare de pe teritoriul României care a fost înființată de italieni.

☀ Singura țară din Europa cu o limbă unitară - fără dialecte sau minorități naționale este Islanda.

☀ În anul 1849 are loc primul bombardament aerian cunoscut: "raidul" a fost realizat cu ajutorul unui balon fără pilot Montgolfier, care a aruncat bombe asupra Veneției.

☀ Circulația pe dreapta în Europa a fost impusă în 1807 de Napoleon I, ca represalii împotriva englezilor, care introduseseră blocada continentală și care circulau pe stânga.

☀ Colosul din Rhodos a fost o statuie uriașă din bronz, reprezentând pe Helios, zeul soarelui. Ea a fost realizată de sculptorul Chares din Lindos și a fost înălțată la intrarea în portul Rhodos de locuitorii orașului, între anii 292-280 î.e.n. pentru a cinsti victoria lor asupra lui Demetrios Poliorketes. Statuia a dispărut în anul 224 î.e.n., în urma unui cutremur. Din descriere, rezultă că avea o înălțime de 32 de metri.



DICTIONAR IUDAIC

- Ⓢ **ASEI (MITWOT)** – Execută! Denumirea dată celor 248 comandamente pozitive dintre cele 613= **TaRiaG** porunci, pe care evreul evlavios trebuie să le îndeplinească. Asei este forma imperativă a verbului Aso = a face, a executa.
- Ⓢ **ASERET ha-DIBROT** – Cele zece porunci dăltuite în tablele legii = **Luhot ha-Brit** date de Moșe Rabeinu poporului evreu, în numele Divinității pe muntele Sinai. Se cunosc două versiuni aproape identice ale celor zece porunci, amândouă citate în **Biblie**, una în **Șemot XX/2-14** și cealaltă în **Devarim V/6-18**. Cele zece porunci au fost dintotdeauna baza credinței iudaice și comoara culturii naționale. Ele au devenit cu timpul patrimoniul civilizației universale.
- Ⓢ **DAIAN** – Judecător. Pe vremuri conducătorul completului de judecată al tribunalului suprem „**Sanhedrin**”. În comunitățile evreiești din **Galut** membru al completului rabinic de judecată a comunității. Astăzi numele judecătorului la tribunalul rabinic.
- Ⓢ **DOR ha-HAFLAGA** – Generația care a ridicat Turnul Babel și ca pedeapsă a fost împrăștiată pe tot globul, și despărțită în ginte și limbi diferite.
- Ⓢ **EIVER MIN ha-HAI** – Carne vie. Noțiune care oprește orice evreu și după concepția iudaică, orice om civilizat, de a gusta carne vie. De aici derivă o serie de comandamente privitoare la întrebuințarea cărnii de către evrei și ritualul ei.
- Ⓢ **EVED CNAANI** – Slav. Pe vremuri, neevrei cumpărați și deveniți astfel proprietate pe viață. Legea iudaică cere comportare omenească, hrană destulă și grijă pentru nevoile lui. Se poate elibera prin răscumpărare sau prin bunăvoința stăpânului, care adevărește în scris că l-a eliberat. Dacă a fost bătut brutal de stăpân și i-a lovit ochiul, sau i-a scos un dinte, stăpânul e obligat să-l elibereze.
- Ⓢ **KEDOȘIM** – Martiri. Traducerea literară a cuvântului înseamnă sfinți, dar iudaismul nu cunoaște asemenea noțiune pentru oameni. Evreii au văzut în acei căzuți pe altarul credinței, purtătorii merituoși ai acestui titlu.
- Ⓢ **MUMAR** – Cel ce a trecut la altă religie. Evreul care a părăsit credința strămoșească se numește Meșumad = renegat; dar la cererea expresă a bisericii catolice, s-a schimbat în scripte denumirea în Mumar. Tradiția împarte pe mumarim în a) Mumar le-Teiavon = adică acel renegat care n-are puterea sufletească de a păstra comandamentele. b) Mumar le hakhis = renegat obraznic, care zeflemisește credința și o încalcă ostentativ. Renegatul rămâne după legea iudaică evreu în orice împrejurare, iudaismul fiind ereditar, dar drepturile sale sunt aproape nule și în viața comunității e neluat în seamă.
- Ⓢ **MOLAD** – Naștere. Momentul revederii pe cer a lunii după ce dispăruse complet din văzul ochilor. În calendarul ebraic acest moment este considerat ca începutul lunii calendaristice. Timpul prevăzut al reapariției lunii pe cer este anunțat de la estradă în sinagogă în timpul binecuvântării lunii = **Bircat ha-Hodeș, de Șabat Mevarkhim**.
- Ⓢ **RABI** – a) Titlu rabinului, atunci când cineva i se adresează direct. b) Titlu capului comunității hasidice = **Admor**. c) Titlu sub care e cunoscut Rabi Iehuda Nassi, redactorul **Mișnei**.
- Ⓢ **PȘITA** – Titlu traducerii **Bibliiei** în limba syriană. Se numește și Pșitata. Datează din primele secole ale erei noastre.



☀ REMEDII NATURISTE ☀

± Plantele și beneficiile acestora !

Alifia de coada șoricelului – se înfierbântă bine 90 gr de unt necesar sau untură de porc, se adaugă 15 gr de flori de coada șoricelului, proaspete și tăiate mărunț, se lasă să sfârâie scurt în grăsime, se amestecă și se dă tigaia deoparte, lăsându-se la macerat până a doua zi, când se încălzește ușor, se strecoară prin tifon și se introduce în borcan uscat, care se păstrează la frigider. Cu această alifie se tratează hemoroizii.

Alifia de drăgaică (sânziene) – 1 kg unt, margarină sau untură de porc fără sare, se topește. Se pun florile tăiate mărunț, cam 2 pumni, se adaugă 50 gr ceară de albine, se amestecă cu o lingură din lemn până se colorează în maroniu, apoi se ia de pe foc și se lasă la macerat până a doua zi, când se încălzește ușor și se strecoară prin tifon. Se păstrează la frigider în cutii sau borcane. Se tratează prin masare sau frecție : bolile de piele, ale gușii, ale glandei tiroide, ulcerațiile canceroase, tumoarea canceroasă de pe laringe. În acest ultim caz se folosește și ceaiul preparat din 300 gr flori de filimică, 100 gr coada șoricelului, 100 gr urzică, la 2 l de apă, care se bea cu înghițituri mici din 20 în 20 de minute.

Alifia de gălbenele – se iau 2 pumni de flori, frunze și tulpini, se taie mărunț, se pun în 1 kg unt, margarină sau untură de porc, fără sare, 50 gr ceară de albine, iar cu o lingură din lemn se amestecă până devine maroniu, apoi se lasă la macerat până a doua zi, când se încălzește și se strecoară prin tifon. Se ține la frigider în borcane sau cutii. Se tratează prin masare ușoară pe zona afectată : varicele, flebita, ulcerul varicos, diverse fistule, degerăturile, arsurile, cancerul mamar, leziuni ale sânului, se reduc cicatricile, împotriva ciupercilor de la picioare, a umflăturilor, abceselor, pustulelor, reumatismului, etc.

Alifia de mușețel – se prepară ca mai sus și se folosește pentru masaj în cazul hemoroizilor, vindecarea rănilor.

Alifia de tătăneasă – 4-6 rădăcini de tătăneasă proaspete și spălate se taie fin, se prăjesc la foc iute în 250 gr grăsime, se lasă la macerat peste noapte, iar a doua zi se încălzește și se strecoară prin tifon, după care se depozitează în borcane sau cutii, la rece. Se folosește cu succes în tratarea rănilor la oameni și animale.

Alifia de turiță mare – din două mâini pline de frunze, flori și tulpini, tăiate mărunț, la 250 gr grăsime, se prăjesc la foc iute, se lasă la macerat până a doua zi, apoi se încălzesc și se strecoară. Se recomandă în varice și ulcerațiile gambei.

Alifia de vâsc – bobیțele proaspete și albe ale vâscului se amestecă la rece cu grăsimea până se formează o alifie. Se folosește prin masarea zonei afectate în caz de degerături.



NATURA LA ÎNDEMÂNA TA !!

♥ **CARNEA – înseamnă proteine complete** – Conform substanelor pe care le conține și care contribuie la formarea, dezvoltare și refacerea țesuturilor, la regenerarea sângelui și producerea sucurilor digestive, carnea reprezintă un aliment cu valoare nutritivă ridicată. Alimentația celor mici poate cuprinde carnea la vârsta de 6-7 luni, sub formă de supă de oase, apoi supă de carne, iar de la 9 luni, sub formă de rasol tocat mărunț și amestecat în piureul de legume. De la vârsta de 8 luni, copilul poate consuma ficat de pasăre sau de vită. Ca orice aliment nou, carnea va fi introdusă treptat în „meniu”. În majoritatea copiilor acceptă destul de ușor supa de pasăre, dar nu sunt prea încântați de gustul ficatului. Totul e să dați dovadă de răbdare și tact pentru a fi „convingători”. Spre exemplu pediatria recomandă introducerea ficatului în alimentație în jurul vârstei de 8 luni, el conține aminoacizi, glicogen (zahărul transformat și depozitat în ficat), grăsimi, vitamine (A, B, C, PP), acid pantotenic și acid folic. Acidul pantotenic (vitamina B5) are rolul în metabolismul glucidelor și al lipidelor, generând astfel energia necesară proceselor fiziologice în menținerea structurii și funcției normale a pielii și funcționarea glandelor suprarenale. **Ficatul de pasăre** – conține substanțe minerale (fier, cupru și fosfor), calciu și vitamina C în cantități mici, la fel ca și ficatul de vită. Însă unii pediatri sunt de părere că ficatul de vițel este contraindicat copiilor mai mici de un an, în timp ce alții îl recomandă tocmai pentru că este bogat în fier și vitamina B9 (acid folic). Acidul folic se știe, are un rol însemnat în metabolismul proteinelor și formarea hematiilor, dar și în prevenirea anemiei și a rahitismului. Ficatul se poate administra fiert, copt și după ce copilul a împlinit 10 luni, prăjit în unt. **Carnea stimulează creșterea** – este alcătuită din fibre musculare, grăsimi, nervi și vase de sânge și conține aminoacizi indispensabili creșterii, în proporție de 20%. Cantitatea de grăsimi depinde de animalul de la care provine și cu cât acesta este mai bătrân, cu atât carnea este mai greu de digerat. În alimentația copiilor este recomandată numai carnea slabă. Dar carnea mai conține și glucide necesare activității musculare, vitamina A, D, dar mai ales B1, B2 și PP, zinc, fier, potasiu, fosfor, calciu, magneziu și sodiu. Carnea de pui (piept și pulpe, pieptul fiind lipsit de grăsimi) este mai ușor de digerat și se poate administra copiilor începând cu vârsta de 8 luni, la fel ca și carnea de găină, care conține 20% proteine și în jur de 30% grăsimi. Carnea de vită este tolerată de copii, dar carnea de vițel mai mic de 3 luni nu este recomandată copiilor mici deoarece conține multă gelatină și este greu de digerat. Carnea de oaie poate fi consumată de copii de peste un an și jumătate, numai după ce i s-a înlăturat grăsimea, dar carnea de miel nu este recomandată copiilor mai mici de 3 ani, datorită cantității mari de gelatină pe care o deține. Carnea de porumbel și de curcan poate fi consumată de copiii de peste 18 luni, iar cea de rață și de gâscă, fiind foarte grase, numai de copiii de peste 2 ani. Semipreparatele din carne nu sunt recomandate sub nici o formă copiilor sub 3 ani, la fel ca și carnea de porc, datorită conținutului bogat în grăsimi. **Carnea este un aliment necesar** – nutriționiștii și pediatrii subliniază rolul pe care aceasta îl are în alimentația noastră și a celor mici. Ea este importantă sursă de proteine complete, necesare multor procese de început a corpului omenesc dar și în viața adulților. Carnea are valoarea nutritivă ridicată, înseamnă creștere și dezvoltare dar și energie necesară proceselor noastre metabolice. Fapt care trebuie subliniat este că alimentația noastră trebuie să țină cont de nevoile organismului. Pe parcursul preparării, carnea suferă o serie de modificări care o fac ușor de digerat, dar tot odată își pierde o serie de substanțe nutritive. Astfel că dacă gătiți supă, puneți carnea la fiert în apă rece, iar dacă vreți rasol bun, puneți carnea la fiert în apa clocotită.



MENORA – MINIREVISTA A COMUNITĂȚII EVREILOR FOCȘANI

CALENDARUL LUNII - NOIEMBRIE

- S-a născut la 3 noiembrie 1924 – Paul Cornea, în București. A absolvit Facultatea de Litere și Filosofie și și-a susținut doctoratul la Universitatea București. Între 3 ianuarie - 15 iunie 1990 a fost ministru adjunct al Învățământului. Între 1992 - 1996, decan al Facultății de limba și literatura română al Universității București. Din 1994-1997 - vicepreședinte al Asociației Internaționale de Literatură Comparată, din 1997 - președinte al Societății Asociației Române de Literatură Comparată. Este autorul unor importante volume de istorie și teorie literară, din care menționăm: Anton Pann (E.S.P.L.A., 1964), Originile romantismului românesc (Editura Eminescu, 1972), Regula jocului. Versantul colectiv al literaturii (Editura Eminescu, 1980), Introducere în teoria lecturii (Editura Minerva, 1988, ediția a II-a - Polirom, Iași, 1998), Aproapele și departele (Editura Cartea Românească, 1990), Semnele vremii (Editura Eminescu, 1995).
- S-a născut la 6 octombrie 1916 - SIEGFRIED SCHEBER, la Câmpulung Moldovenesc. Este inginer, în specialitatea chimie alimentară, stabilit, din 1960, la Viena. Din 1996, este președinte de onoare al Forumului B'nai B'rith "Dr. Moses Rosen" din România. S-a remarcat printr-o susținută activitate socială și prin numeroase opere de binefacere, pentru comunitatea evreilor români, pe care le continuă și în prezent. În 1999, a pus bazele unei Fundații Culturale "Dr. Moses Rosen" pentru promovarea talentelor literare, muzicale, plastice din rândul obștii evreiești din România.
- S-a născut în 11 noiembrie 1926 - NICOLAE KALLOS la Oradea. A absolvit Facultatea de filosofie a Universității din Cluj, unde și-a susținut și doctoratul. A parcurs toate treptele învățământului universitar, ajungând decan al aceluiași înalt for științific. Este autor al mai multor cărți de filosofie, sociologie și științe politice, dintre care sociologie, politică, filosofie (Editura Facla, Timișoara, 1975) și Axiologie și etică, scrisă împreună cu Andrei Roth (Editura Științifică, București, 1968), au fost distinse cu Premiul Academiei Române. În prezent, este profesor consultant și coordonator de doctorate în specialitatea Filosofie Politică și Științe Politice. Este vicepreședintele Asociației și redactorul șef al Buletinului "Memento Buchenwald" din România.
- S-a născut în 16 noiembrie, la Iași 1934 - DOLPHI DRIMER. Din 1956, este inginer mecanic, absolvent al Institutului Politehnic București, din 1966 - inginer economist. Din 1969, este doctor în metalurgie fizică. Între 1956-1960 este cercetător științific la Academia Română (Centrul de Cercetări Metalurgice). Între 1960-1968, este inginer la Întreprinderea "Electronica"; între 1964-1968, inginer proiectant la Institutul de Proiectări "Automatica". Între 1968-1971 - conferențiar, profesor, șef de catedră la tehnologia materialelor de sudură a Institutului Politehnic București. Din 1990, este rector al Universității Ecologice. Membru al Societății Inginerilor Mecanici, din S.U.A., al Societății pentru Metale și al Academiei pentru materiale, din S.U.A., al Societății Inginerilor Sudori, din S.U.A., al Institutului Internațional de Marketing etc. Este co-autor a 18 volume, autor a peste 300 de articole și comunicări, a 60 de contracte de cercetare științifică, a 8 invenții. Timp de 25 de ani, membru al echipei naționale de șah, membru al echipei olimpice, participant la patru Olimpiade, este maestru internațional de șah.
- S-a născut la 18 noiembrie 1938, în București d-nul JOSE IACOBESCU. A absolvit Institutul de Studii Militare, în specialitatea autovehicole rutiere. Din 1990, este președintele Camerei de Comerț și Industrie România-Israel, din 1995 - președintele Uniunii Camerelor Bilaterale de Comerț și Industrie din România, membru în Consiliul de conducere al Camerei de Comerț și Industrie a României. Municipalitatea orașului Hod Hasharon i-a acordat o Diplomă de onoare pentru merite alese în activitatea de cooperare în domeniul construcțiilor și al arhitecturii vizând înfrumusețarea peisajului citadin. C.C.I.R.I. s-a remarcat prin acțiuni de sponsorizare a diverselor activități culturale ale F.C.E.R. (cărți, casete audio, reviste).



Tomata sau pătlăgeaua roșie sau simplu, roșia

Prin mail de la d-nul Wenistein Milo am primit articolul acesta :

Nu se va consuma cotorul verde al roșiei deoarece conține o substanță toxică existentă în toate legumele din clasa : solanina.

Datorită conținutului relativ echivalent molecular dintre acid oxalic / calciu, roșia nu poate fi considerată sursă de calciu, dar nici eliminator. Totuși persoanele care au calculi renali ar fi bine să limiteze consumul de tomate la maxim 1 / zi și să consume lichide > 2,5 litri / zi.

Bulionul din comerț poate conține până la 2 % sare drept conservant, ceea ce înseamnă 20 g sare / 1 litru (enorm !!).

Nu conservați bulionul folosind aspirină și nici benzoat de sodiu, deoarece aceștia prezintă risc cancerigen !! (Aspirina ca și conservant este cancerigenă deoarece prin metabolizare formează acidul hidroxi-benzoic).

Evitați tomatele murate (gogonelele) deoarece acestea prin fermentare generează histamina (principala substanță pro-alergică), care prin metabolizare produce nitrozoderivați cancerigeni. Orice aliment murat devine automat acid, determinând pierderi de calciu din organism pentru corectarea pH-ului.

Dacă preferați tomatele proaspete, nu le păstrați în frigider, deoarece își pierd aroma.

E bine sa stiti:

- Tomatele tip-cireșe sunt cele mai dulci și sunt delicioase la salate sau la pizza.
- Tomatele tip - ciorchine au o aromă foarte distinctă când sunt bine coapte în vrej. Aroma lor iese și mai mult în evidență tăiate în felii, stropite cu ulei de măsline și presărate cu busuioc proaspăt tocat.
- Tomatele - prună sunt specifice bucătăriei italiene. Ele sunt cărnoase și au foarte puține semințe. Sunt preferate pentru aroma lor la prepararea sosurilor, a fripturilor.

Rețetă de tomate la cuptor: Încălziți bine cuptorul și puneți 2 linguri de ulei de măsline într-o tavă încăpătoare. Puneți în tavă, în straturi, 1 ceapă tocată mărunt, 1 cățel de usturoi și 10 tomate mijlocii, tăiate în jumătăți. Presărați 2 linguri de pătrunjel tocat, asezonați cu sare și piper și dați la cuptor 45 min - 1 oră. Serviți calde ca garnitură sau reci în salate.

Iată care sunt, în medie, valorile componentelor nutritive ale unei roșii de 100 g: calorii - 25 / grăsimi - 0 / colesterol - 0 / carbohidrați - 5 g / proteine - 1 g / fibre alimentare - 1 g / sodiu - 6 mg / vitamina A - 1.000 UI / vitamina K - 900 UI / vitamina C - 15 mg / potasiu - 290 mg / caroten - 4 mg / vitaminele B1, B2, B3, B6 - câte 300 – 350 UI din fiecare.

Și o glumă la final : - Tăticule, întreabă copilul, de ce roșiile astea sunt galbene ? – Pentru că-s verzi, veni prompt răspunsul !?!

Aveți grijă ce mâncați până data viitoare !! (Sfârșit)



INFO-CLUB

Pentru potențialii interesați, Comunitatea Evreilor din Focșani – situată în Str. Oituz Nr.4, pune la dispoziția fiecăruia o bogată bibliografie despre cultura, istoria și tradiția poporului evreu. La biblioteca clubului se pot procura noi cărți apărute la editura Hassefer și nu numai, sau pot fi împrumutate cărți, reviste, ziare sau se poate asculta muzica anilor 1970-1990. Tot la clubul comunității se pot urmări filme, pelicule și ecranizări celebre despre Israel sau despre viața evreilor în contextul social, politic și istoric totodată de-a lungul vremii. Se pot organiza concursuri și competiții pe tematica jocurilor de table, remi sau șah. De altfel să nu omitem faptul că, în fiecare zi de marți și joi între orele 9-11 medicul comunității noastre acordă consultații medicale persoanelor asistate de F.C.E.R. și membrilor ce aparțin comunității noastre.

AGENDA ACTIVITĂȚILOR DIN LUNA NOIEMBRIE 2009

Comunitatea Evreilor din Focșani pe parcursul lunii noiembrie a întreprins numeroase acțiuni și a luat parte îndeobște la o serie largă de evrenimente ce au făcut obiectul de interes comun atât al obștii focșănene dar nu numai pe plac local ci aria de răspândire fiind în tot județul Vrancea. Iată vă prezentăm o parte din micile noastre realizări și conlucrări, cu adnotarea precisă că dorim să fim modești în cele ce urmează :

- Rememorarea celui care a fost și încă mai este măcar în sufletele noastre „YITZHAK RABIN – Acel mesager al păcii!” – prilej de întâlnire cu elevii liceelor, de a dezbate și elogia viața și activitatea acestui mare militant, cologvii cu această temă. Un lucru vreau să precizez și aici citez : „Maretia lui Yitzhak constă în onestitatea sa de conducător, în timp de război dar și în timp de pace”, a declarat președintele israelian Shimon Peres.”
- “Călătoria cărți de-a lungul timpului” – simpozion în cadrul căruia au avut loc discuții, dialoguri pe tematică literară.
- Cum bine v-am obișnuit „audițiile muzicale” din cadrul comunității au în continuare loc, la care atât membrii comunității iau parte dar nu numai.
- Vizionarea de filme și documentare – constituie în continuare o acțiune pe care o întreprindem ; expoziție de cărți și publicații – moment găzduit iarăși de incinta Sinagogi.
- Literatura și gastronomia – două elemente ce fac parte din viața noastră cotidiană, prilej de evidențiere a specificului al tradiției și strânsa interacțiune a acestora într-un dram de „rețete pe înțelesul tuturor”.
- „Concurs de creație literară” (Adjud – 2009) – participanți fiind școlile și liceele.

ÎN ATENȚIA CITITORILOR!!!! Pe adresa de mail rondmircea@yahoo.com , așteptăm să ne contactați în vederea unor sugestii, articole, fotografii și alte documentații ce fac rostul a fi publicate pentru cei ce vor să fie informați să citească. Mulțumim anticipat!! SHALOM!!



Concurs Pe Teme Iudaice - Nr.5 Luna Noiembrie

REGULAMENT : (pe parcursul desfășurării acestui concurs eventualele modificări ce vor fi survenit, vor fi menționate periodic pentru ca cei care participă să știe în timp util!)

Vă aducem la cunoștință faptul că pe parcursul a celor 6 luni rămase până la finele acestui an, Comunitatea Evreilor din Focșani organizează un concurs inter-activ ce se derulează cu luna curentă. Adică în fiecare lună va exista un set de întrebări a câte zece întrebări, pe care în mod conștiincios cititorii cu mic, cu mare le vor găsi răspunsurile și fuguța vor răspunde lună de lună, pentru ca la finele anului atunci când se va face podiumul, topul câștigătorilor să fie desemnați fericiții premianți ai concursului. Nu uitați faptul că cel ce va răspunde corect la toate seturile de întrebări poate fi Întâiul, ceilalți în ordinea clasări și desemnări statistice elaborate de comisia ce va contabiliza raspunsurile. Deci nu uitați concursul începe cu luna iulie și se sfârșește în luna decembrie când vor fi desemnați câștigătorii, fiecare lună va deține un set de zece întrebări ! **Răspunsurile la întrebări le așteptăm pe adresa de mail : rondmircea@yahoo.com / VĂ URĂM MULT SUCCES !!**

SETUL DE ZECE ÎNTREBĂRI AFERENTE LUNII NOIEMBRIE–EDIȚIA NR.5

- 1. Care sunt posturile de pe parcursul anului iudaic ?**
- 2. Când este rostită binecuvântarea Birkat Ha'Hama pentru soare ?**
- 3. Cum se numesc sunetele shofarului și cum sunt reprezentate în ebraică ?**



CONCURS :

- 4. Care sunt cele două concepte fundamentale ale hasidismului ?**
- 5. Care sunt marile grupări ale iudaismului și în număr de câte ?**
- 6. Cu ce scop au fost scrise cele 10 porunci în cele două table ale legilor și ce exprimă ele ?**
- 7. Ce reprezintă „carul heruvimilor” ?**
- 8. Cu ce este acoperit trupul decedaților la evrei și ce reprezintă ?**
- 9. Ce este „menora” și care este semnificația acesteia ?**
- 10. Care a fost motivul pentru care Adolf Hitler și sistemul nazist au dorit exterminarea poporului evreu ?**

Rugămintea noastră este ca răspunsurile să parvină îndeobște până la apariția următoarei ediții pentru ca centralizarea și departajarea să se desfășoare în bune condiții, fără ca parcursul concursului să întâmpine decalaje ! **MULT SUCCES !**

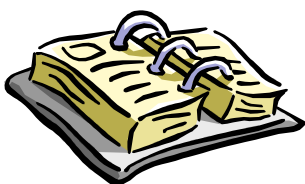
Ps : Dragi cititori noi mai așteptăm răspunsurile voastre pe tot parcursul desfășurării concursului, chiar dacă se mai petrec decalaje noi vom centraliza, contabiliza răspunsurile voastre ! Voi trimiteți cât mai multe și corecte și la final **CÂȘTIGĂTORII VOR TRIUMFA !**



MENORA – MINIREVISTA A COMUNITĂȚII EVREILOR FOCȘANI

“LANSĂRI DE CARTE”





POȘTA REDACȚIEI



Prin intermediul e-mail ne-a parvenit de la domnul Boris Marian (alias Boris Mehr) următorul articol « Scrisoare...deschisă...unor...negaționiști » pe care cu respect îl reproducem mai jos :

Dialoghez cu Dumneavoastră din considerentul simplu că orice dialog este mai bun decât o tăcere nerodnică. Din numeroasele întrebări pe care mi le-ați pus, prin Internet, am să încerc să vă răspund succint și sistematic, după cum urmează. Înainte de războiul cu URSS, politica statului român față de evrei a evoluat în sens negativ, adică, de la recunoașterea drepturilor cetățenești, prin Constituția din 1923, au urmat mișcările studențești, cuziste și legionare care au recurs și la sloganuri antievreiești, apoi guvernul Goga-Cuza a decretat în ianuarie 1938 legi antievreiești care limitau drepturile cetățenilor români de etnie evreiască, probabil sub influența Germaniei naziste. Regele Carol al II – lea avea alături pe Elena Lupescu, evreică de mult convertită, dar criticile la adresa monarhului aveau o clară nuanță antievreiască. Ion Gigurtu, prim-ministru în vara lui 1940 a intensificat politica antievreiască, iar generalul Ion Antonescu a devenit șef al statului, cu sprijinul mișcării legionare, care nu și-a exprimat niciodată simpatia pentru alogeni, dar în special pentru evrei, indiferent că erau cetățeni români sau de altă cetățenie. Această discriminare a creat în masa evreilor o repulsie față de mișcare și față de organele statului care practicau politica antievreiască. În vara lui 1940, României i se smulg teritorii sub « oblăduirea » lui Hitler și Stalin – cele mai mari – Nordul Ardealului, Basarabia și Bucovina de Nord. Paul Goma și alții susțin că evreii nu numai că s-au bucurat, dar au și ucis, batjocorit militari și civili români din aceste zone.

Eu nu pot spune ce și cum a fost, dar orice generalizare este o abatere de la adevărul istoric. În Evul Mediu, dar și în secolul XX, un copil ucis în condiții neexplicate era considerat o jertfă pentru pregătirea azimei. La fel s-a generalizat un fenomen greu de crezut, în cazul evreimii din România Mare. Eu am avut bunici, negustori din partea mamei și ai tatălui, care nici nu voiau să audă de comuniști. Probabil că știți despre deportarea « burgheziei » din Basarabia, Bucovina în interiorul URSS, Siberia, Asia Centrală, printre care și evrei. Iar evreii mai săraci (unii cred că evrei săraci nu există) aveau două motive să se bucure pentru venirea “eliberatorilor” sovietici – social și etnic. Comunismul promitea libertatea, egalitatea, fraternitatea ca și Revoluția Franceză din 1789. În armata sovietică, în mișcarea de partizani condusă de NKVD erau și evrei, cetățeni sovietici.

(CONTINUAREA ÎN NUMĂRUL VIITOR !)



MENORA - MINIREVISTA A COMUNITĂȚII EVREILOR FOCSANI

DESPRE POLITICĂ SE ÎNȚELEGE DE LA SINE ... !!

