



نور و القلم

خداوند قلم را آفرید تا برای آیندگان بنگارد

» فرہما ہے خواہیں خور کی ہا «

تنقلات، سبزیجات، غذیه جات، میوه جات

تألیف: محمد نجار سہل آباد



موسسه انتشاراتی خاتم

1397

سرشناسنامه: نجاری سهل آباد، محمد، ۱۳۳۹
 عنوان و پدیدآوران: فرهنگ جامع خوراکی‌ها/تحقیق و تألیف: محمد نجاری سهل آباد
 مشخصات نشر: مشهد: مؤسسه انتشاراتی خاتم - ۱۳۹۷.
 مشخصات ظاهری: ۱۱۶۲ ص ۱۷ * ۲۴ س.م. مصور دارد.
 شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۸۷۹۱-۹۲-۸

یادداشت: فهرست نویسی براساس اطلاعات فیبا.
 یادداشت: موضوع: ۱- میوه‌ها، ۲- مواد غذایی، ۳- تغذیه، الف- عنوان
 موضوع: خواص سبزی‌ها، میوه‌ها، خوراکی‌ها، خوراک درمانی، سبزی‌ها،
 اغذیه‌ها، گیاهان دارویی و خوراکی‌ها
 رده‌بندی کنگره: ۱۳۹۷ ۲/۵۶/۵ ن ۳۷۷۶ RAV
 رده‌بندی: ۲۶/۶۱۳



انتشارات خاتم

عنوان: فرهنگ جامع خوراکی
 تحقیق و تألیف: محمد نجاری سهل آباد
 ویرایش: پروانه افسری‌پور
 صفحه‌آرایی: مریم صنعتی
 ناشر: مؤسسه انتشاراتی خاتم
 نوبت چاپ: اول، ۱۳۹۷
 شماره‌گان: ۳۰۰۰ نسخه
 چاپ: ایران
 طراح جلد، شناسنامه و تنظیم:
 ایمان بذری جاغرق
 طراحی صفحات داخل: عاطفه قائمی
 قیمت: ۸۵۰۰۰ تومان

ش ۹۷۸-۶۰۰-۷۰۸۷-۹۶-۶

کلیه حقوق برای ناشر محفوظ است.
 نشر و پخش: ۷- ۸۶ ۸۳ ۹۰۶ ۹۱۵

سرشناسنامه: نجاری سهل آباد، محمد، ۱۳۳۹
عنوان و پدیدآوران: فرهنگ خواص خوراکی‌ها ۲ / تحقیق و تألیف: محمد نجاری سهل آباد
مشخصات نشر: مشهد: مؤسسه فرهنگی انتشاراتی خاتم - ۱۳۹۷.
مشخصات ظاهری: ۶۳۲ ص جلد اول- مصور دارد.
شابک دوره: ۷-۲۴-۶۱۵۳-۶۰۰-۹۷۸
شابک: ۶-۹۹-۷۰۸۷-۶۰۰-۹۷۸
یادداشت: فهرست نویسی براساس اطلاعات فیپا.
یادداشت:

موضوع: ۱- میوه‌ها، ۲- مواد غذایی، ۳- تغذیه، الف- عنوان، ب- عنوان
موضوع: خواص سبزی‌ها، میوه‌ها، خوراکی‌ها، ج- خوراک درمانی، خواص سبزی‌ها، میوه‌ها و
خوراکی‌ها
رده‌بندی کنگره: ۱۳۹۱ ۵/۵۶/۲ ن ۸۷۷۶
رده‌دری: ۶۱۳/۲۶



مؤسسه انتشاراتی خاتم

شناسنامه کتاب نشر و پخش: ۷-۸۶-۸۳-۹۰۶-۹۱۵

عنوان: فرهنگ خواص خوراکی‌ها ۲
تحقیق و تألیف: محمد نجاری سهل آباد
ویرایش: پروانه افسری‌پور
ناشر: مؤسسه فرهنگی انتشاراتی خاتم
نوبت چاپ: اول، ۱۳۹۷
شماره‌گان: ۳۰۰۰ نسخه
چاپ:

صفحه آرای و تنظیم: اعظم صنعتی
طراح جلد: مریم روح‌پرور، مهدیه ایمانی
قیمت دوره: ۸۵۰۰۰ تومان
شابک: ۶-۹۹-۷۰۸۷-۶۰۰-۹۷۸
شابک دوره: ۷-۲۴-۶۱۵۳-۶۰۰-۹۷۸

۴۴..... شرح کنش داروها
 ۴۴..... داروهای زداينده(جالی):
 ۴۵..... داروی زبری بخش(مخمشن):
 ۴۵..... داروی باز کننده(مفتح):
 ۴۵..... داروی سست کننده(مرخي):
 ۴۶..... داروی رساننده(منفج):
 ۴۶..... داروهای هضم کننده(هاضم):
 ۴۶..... داروهای بادشکن(منفخ):
 ۴۶..... داروهای پاره کننده(مقطع):
 ۴۷..... داروهای کشنده(جاذب):
 ۴۷..... داروهای سوزش دهنده(لاذع):
 ۴۷..... داروهای سرخ کننده(محرر):
 ۴۷..... داروهای خارنده(محکک):
 ۴۷..... داروهای زخم کننده(مقرح):
 ۴۸..... داروهای سوزنده(محرق):
 ۴۸..... داروهای خرد کننده(مفتت):
 ۴۸..... داروهای معفن (گنده‌ای):
 ۴۸..... داروهای داغ گذار(کاوی):
 ۴۸..... روهای پوست کننده(قاشر):
 ۴۹..... داروهای سرد کننده(مبرد):
 ۴۹..... داروهای توان بخش(مقوی):
 ۴۹..... داروهای باز دانه(راده):
 ۴۹..... داروهای سلیف کننده(مغلظ):
 ۴۹..... داروهای مزاج رو علیه انداز:
 ۵۰..... داروهای تخدیر کننده(مخدر):
 ۵۰..... داروهای بادزا(منفخ):
 ۵۰..... داروهای شوینده(غسال):
 ۵۱..... داروهای چرک آور:
 ۵۱..... داروهای هموار کننده(مملس):
 ۵۱..... داروهای خشکاننده:
 ۵۱..... داروی فشرنده(عاصر):
 ۵۱..... داروهای پوشاننده(مغری):
 ۵۱..... داروهای به هم آورنده(مدهل):

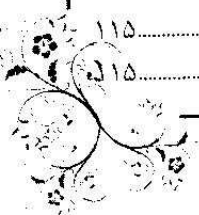
غذا و تغذیه در فرهنگ قرآنی و احادیث..... ۲
 اهمیت تغذیه از منظر قرآن و روایات..... ۴
 تأثیر غذا بر روحیه حق پذیری..... ۵
 تأثیر غذا در استجاب..... ۶
 رابطه نماز و تغذیه..... ۶
 تأثیر تغذیه بر اخلاق..... ۷
 استفاده از غذاهای طیب و پاکیزه..... ۸
 اصل اعتدال در تغذیه..... ۱۰
 تقسیم بندی غذاها..... ۱۲
 دستورات تندرستی از کتاب قانونچه..... ۱۳
 خوراکی های غیر مجاز..... ۱۵
 خوراکی های مجاز..... ۱۵
 خوردنی های نیک..... ۱۶
 فصل اول :..... ۱۷
 خوراکی ها..... ۱۷
 شرح غذاها و تدبیر در خوردن..... ۱۸
 فواید غذاها..... ۱۸
 مواد و خوراکی هایی که مضرند..... ۲۱
 غذاهای قابل خوردن..... ۲۲
 نوع غذا خوردن..... ۲۱
 روش درست نگه داری مواد خوراکی..... ۲۴
 نگه داری خوراکی ها در یخچال منزل..... ۲۶
 محل نگه داری مواد غذایی در یخچال..... ۲۷
 زمان نگه داری خوراکی ها در فریزر منزل..... ۲۸
 نگه داری ویتامین مواد غذایی..... ۲۸
 فصل دوم :..... ۳۳
 گیاهان دارویی..... ۳۳
 غذاها، داروها و گیاهان..... ۳۴
 طبقه بندی داروها..... ۳۴
 چگونه درمان کنیم؟..... ۳۹
 اجزاء مصرفی گیاهان..... ۴۰
 شناخت مزاج دارو..... ۴۱
 چگونگی مصرف گیاه دارو..... ۴۳



۸۵.....	دی ماه:.....	۵۲.....	داروهای رویاننده گوشت (منبت اللحم):.....
۸۶.....	بهمن ماه:.....	۵۲.....	داروهای کشنده (قاتل):.....
۸۶.....	اسفند ماه:.....	۵۲.....	داروهای سمی:.....
۸۶.....	گیاهان و سموم:.....	۵۲.....	تریاق و بازهر:.....
۸۹.....	برخی از گیاهان سمی:.....	۵۳.....	مسهل های نوع دوم گیاهی:.....
۹۵.....	خواص و طبیعت داروها:.....	۵۴.....	مسهل مرکب:.....
۹۵.....	طبع برخی خوردنی ها به گفته ی چغمینی:.....	۵۴.....	گیاهان بندآور دیگر:.....
۹۸.....	چیدن گیاهان دارویی:.....	۵۴.....	گیاهان ضد استفراغ:.....
فصل سوم: فرهنگ خواص خوراکی ها		۵۵.....	خطا آورها:.....
		۵۶.....	عرق آورها:.....
		۵۶.....	کاهنده ی ع:.....
		۵۶.....	ادرا رآورها:.....
		۵۷.....	ضد التهاب ها:.....
		۵۷.....	ضد نفخ ها:.....
		۵۷.....	اشتها آورها:.....
		۵۸.....	صفرآورها:.....
		۵۹.....	مؤثر بر قند خون:.....
		۶۰.....	مؤثر بر فشار خون:.....
		۶۰.....	مؤثر بر اعصاب:.....
		۶۰.....	فواید داروهای گیاهی:.....
		۶۱.....	طرز تهیه ی دارو گیاه:.....
		۶۳.....	ساختن داروی ترکیبی:.....
		۶۴.....	دانه های روغنی و پروتئینی:.....
		۶۵.....	دستور مصرف داروها:.....
		۶۶.....	برداشت و نگهداری گیاهان دارویی:.....
		۶۸.....	فروردین ماه:.....
		۷۰.....	اردیبهشت ماه:.....
		۷۲.....	خرداد ماه:.....
		۷۴.....	تیر ماه:.....
		۷۶.....	مرداد ماه:.....
		۷۹.....	شهریور ماه:.....
		۸۳.....	آبان ماه:.....
		۸۵.....	آذر ماه:.....



۱۰۳.....	آب:.....	۵۷.....	ضد نفخ ها:.....
۱۰۳.....	آب باران:.....	۵۷.....	اشتها آورها:.....
۱۰۳.....	آب برف و یخ:.....	۵۸.....	صفرآورها:.....
۱۰۵.....	آب جاری:.....	۵۹.....	مؤثر بر قند خون:.....
۱۰۵.....	آب جوشیده:.....	۶۰.....	مؤثر بر فشار خون:.....
۱۰۶.....	آب چاه آرتزین:.....	۶۰.....	مؤثر بر اعصاب:.....
۱۰۷.....	آب دریا:.....	۶۰.....	فواید داروهای گیاهی:.....
۱۰۷.....	آب دریا شور (گوگرد نمکی):.....	۶۱.....	طرز تهیه ی دارو گیاه:.....
۱۰۷.....	آب سولفوره (کاسیک):.....	۶۳.....	ساختن داروی ترکیبی:.....
۱۰۸.....	آبشار:.....	۶۴.....	دانه های روغنی و پروتئینی:.....
۱۰۹.....	آب قنات و چاه:.....	۶۵.....	دستور مصرف داروها:.....
۱۰۹.....	آب لاری:.....	۶۶.....	برداشت و نگهداری گیاهان دارویی:.....
۱۰۹.....	آب معدنی:.....	۶۸.....	فروردین ماه:.....
۱۱۰.....	آب های نامطلوب:.....	۷۰.....	اردیبهشت ماه:.....
۱۱۱.....	آب نریر:.....	۷۲.....	خرداد ماه:.....
۱۱۱.....	آب میوه و سبزی ها:.....	۷۴.....	تیر ماه:.....
۱۱۳.....	آب آرتیشو (کنگر فرنگی):.....	۷۶.....	مرداد ماه:.....
۱۱۴.....	آب آبالو:.....	۷۹.....	شهریور ماه:.....
۱۱۵.....	آب آلو:.....	۸۳.....	آبان ماه:.....
۱۱۵.....	آب آلو بخارا:.....	۸۵.....	آذر ماه:.....



۱۳۸.....	آب ریحان:	۱۱۷.....	آب اسفناج:
۱۳۸.....	آب زردآلو:	۱۱۸.....	آب انار:
۱۳۹.....	آب زرشک:	۱۱۹.....	آب انبه - لیموترش:
۱۴۰.....	آب سماق:	۱۱۹.....	آب انجیر:
۱۴۰.....	آب سیب:	۱۲۰.....	آب انگور:
۱۴۱.....	آب سیب انار:	۱۲۱.....	آب انگور - آناناس:
۱۴۱.....	آب سیب - انگور - لیمو ترش:	۱۲۱.....	آب انگور - توت فرنگی:
۱۴۲.....	آب سیب - کیوی:	۱۲۲.....	آب انگور - کیوی - پرتقال:
۱۴۲.....	آب سیب - گلابی:	۱۲۲.....	آب انگور - گلابی - زرد آلو:
۱۴۲.....	آب سیب - گلابی - زنجبیل:	۱۲۲.....	آب انگور - گیلان:
۱۴۲.....	آب سیب - لیمو ترش - سیب سالم:	۱۲۲.....	آب باقلا:
۱۴۲.....	آب سیب زمینی:	۱۲۲.....	آب برگ سقہ زمینی:
۱۴۳.....	آب سیر:	۱۲۳.....	آب بولاغ اخی:
۱۴۳.....	آب سیزاب:	۱۲۴.....	آب پرتقال:
۱۴۳.....	آب شاه توت:	۱۲۵.....	آب پرتقال - گریپ فروت - لیمو ترش:
۱۴۴.....	آب شلغم:	۱۲۵.....	آب پرتقال - لیموترش:
۱۴۵.....	آب طالبی:	۱۲۵.....	آب پوست هندوانه:
۱۴۵.....	آب غوره:	۱۲۶.....	آب پوست خربزه:
۱۴۶.....	آب کاهو:	۱۲۷.....	آب پیاز:
۱۴۸.....	آب کرفس:	۱۲۷.....	آب ترب:
۱۴۹.....	آب کلب:	۱۲۸.....	آب ترخون:
۱۴۹.....	آب کنگر:	۱۲۹.....	آب ترشک:
۱۵۰.....	آب گریپ فروت:	۱۳۰.....	آب تره:
۱۵۰.....	آب گریپ فروت - پرتقال - توت فرنگی:	۱۳۱.....	آب تمشک:
۱۵۱.....	آب گلابی:	۱۳۲.....	آب توت:
۱۵۲.....	آب گل فاصد:	۱۳۲.....	آب توت فرنگی:
۱۵۲.....	آب گل کلم - ریواس:	۱۳۳.....	آب توت فرنگی - آناناس:
۱۵۲.....	آب گوجه:	۱۳۴.....	آب جعفری:
۱۵۳.....	آب گوجه فرنگی:	۱۳۴.....	آب چغندر:
۱۵۳.....	آب گیلان:	۱۳۵.....	آب خاکشیر:
۱۵۴.....	آب لادن:	۱۳۶.....	آب خربزه:
۱۵۴.....	آب لیموترش:	۱۳۶.....	آب خیار:
۱۵۵.....	آب لیموشیرین:	۱۳۷.....	آب رازیانه:

۱۷۵..... آندیو (کاسنی فرنگی):
 ۱۷۶..... آویشن:
 ۱۷۶..... آویشن شیرازی:
 ۱۷۷..... آویشن کوهی:
 ۱۷۸..... آهن:

الف الف الف

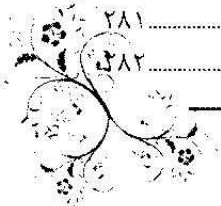
۱۷۹..... ابله:
 ۱۸۰..... اپیکاکوانا (طایفه روبیاسه):
 ۱۸۰..... اترج:
 ۱۸۱..... اختر زغال:
 ۱۸۲..... ارده:
 ۱۸۳..... ادویه:
 ۱۸۳..... اکلیل کوهی:
 ۱۸۳..... بادیان:
 ۱۸۴..... برگ بو:
 ۱۸۴..... ر.....
 ۱۸۴..... ترب:
 ۱۸۴..... ترخون:
 ۱۸۴..... جعدری:
 ۱۸۵..... جوزبویا:
 ۱۸۵..... خاورک:
 ۱۸۵..... خردل:
 ۱۸۵..... خیارترشی:
 ۱۸۵..... دارچین:
 ۱۸۶..... دانه سروکوهی:
 ۱۸۶..... رازیانه:
 ۱۸۶..... ریحان:
 ۱۸۶..... زردچوبه:
 ۱۸۶..... زعفران:
 ۱۸۶..... زنجبیل:
 ۱۸۷..... زیره:

۱۵۶..... آب مارچوبه:
 ۱۵۶..... آب موز:
 ۱۵۷..... آب نارگیل:
 ۱۵۷..... آب نارنج:
 ۱۵۷..... آب نارنگی:
 ۱۵۷..... آب نارنگی - آناناس - انگور:
 ۱۵۸..... آب هلو:
 ۱۵۸..... آب همیشه جوان:
 ۱۵۸..... آب هندوانه:
 ۱۵۹..... آب هویج:
 ۱۵۹..... آبئوس:
 ۱۶۰..... آبئوس های بدلی:
 ۱۶۱..... آدامس:
 ۱۶۱..... آذان الحمار:
 ۱۶۱..... آذریون (آفتاب پرست) و یا آفتاب گمان:
 ۱۶۱..... آرتیشو:
 ۱۶۱..... آرد:
 ۱۶۵..... آرد گلوتن:
 ۱۶۵..... آزاد درخت:
 ۱۶۵..... آش:
 ۱۶۶..... آشامیدنی ها:
 ۱۶۷..... آشامیدنی های غیر الکلی:
 ۱۶۷..... آش انگور:
 ۱۶۸..... اغوز:
 ۱۶۸..... آفتاب:
 ۱۷۰..... آقظی:
 ۱۷۱..... آلبالو:
 ۱۷۲..... آلبالوی تلخ:
 ۱۷۳..... آلبومین:
 ۱۷۳..... آل پاین:
 ۱۷۴..... آلو (آلوجه، آلو بخارائی، آلوبرقانی، آلو سیاه):
 ۱۷۵..... خواص آلو به نقل از ائمه (ع):
 ۱۷۵..... آناناس:

۱۹۹.....	اسانس صندل:	۱۸۷.....	سرکه
۲۰۰.....	اسانس لاوند:	۱۸۷.....	سماق
۲۰۰.....	اسانس مانت:	۱۸۷.....	سیر
۲۰۱.....	اسانس مرزه:	۱۸۷.....	سیرمو (پیاز کوهی)
۲۰۱.....	اسانس ملیس:	۱۸۸.....	شاهی وحشی
۲۰۱.....	اسانس میر:	۱۸۸.....	فلفل
۲۰۲.....	اسانس نرولی:	۱۸۸.....	فلفل شیرین
۲۰۲.....	اسپند:	۱۸۸.....	فلفل فرنگی
۲۰۴.....	اسپیره:	۱۸۸.....	قرنفل
۲۰۵.....	اسطوخودوس:	۱۸۸.....	لیمو
۲۰۷.....	اسفرزه:	۱۸۹.....	مرزنجش
۲۰۹.....	اسفناج:	۱۸۹.....	مریم
۲۱۱.....	اسفنج:	۱۸۹.....	مریم تللی
۲۱۱.....	اسیداوریک:	۱۸۹.....	موسیر
۲۱۱.....	اسیدهای آلی:	۱۸۹.....	نمک
۲۱۲.....	اسیدهای آمینه:	۱۹۰.....	وانیل
۲۱۲.....	اشقان (اشنه و اوشه):	۱۹۰.....	هفت ادویه
۲۱۲.....	اصل النسوس:	۱۹۰.....	ارزن:
۲۱۲.....	افتمون:	۱۹۲.....	ارغوان:
۲۱۳.....	افستین:	۱۹۲.....	ازگیل:
۲۱۵.....	افستین دریایی:	۱۹۳.....	اسانس (عطر میوه‌ها):
۲۱۶.....	افقی:	۱۹۴.....	اسانس‌های روغنی (طبیعی):
۲۱۶.....	اقحوان:	۱۹۵.....	اسانس آسپیک:
۲۱۷.....	اقحوان کبک:	۱۹۵.....	اسانس اسطوخودوس:
۲۱۸.....	اقوینطون (اکونی نو - نابل لوس):	۱۹۶.....	اسانس انیسون:
۲۱۹.....	اکسیژن:	۱۹۶.....	اسانس بازلیک:
۲۲۰.....	اکلیل الملک (گیاه قیص):	۱۹۷.....	اسانس پتی‌گرن:
۲۲۱.....	اکلیل کوهی:	۱۹۷.....	اسانس پرتقال:
۲۲۲.....	اگیر ترکی:	۱۹۷.....	اسانس پوست لیمو:
۲۲۴.....	الکل:	۱۹۸.....	اسانس پونه:
۲۲۴.....	اثر الکل در دستگاه گوارش:	۱۹۸.....	اسانس خردل سیاه:
۲۲۵.....	اثر الکل در اعصاب:	۱۹۸.....	اسانس زوفا:
۲۲۶.....	مضرات مشروبات الکلی از نظر اسلام:	۱۹۹.....	اسانس سیر:



۲۶۱.....	بادیان ختایی:	۲۲۷.....	دیدگاه ائمه معصومین (ع) راجع به شراب:
۲۶۱.....	بادیان رومی:	۲۲۸.....	انار:
۲۶۱.....	بارهنگ:	۲۳۱.....	احادیثی در خواص انار
۲۶۳.....	باریجه:	۲۳۱.....	انبیه:
۲۶۳.....	باقلا:	۲۳۲.....	انجبار (ریشه انجبار):
خواص باقلا به نقل از پیامبر خدا (ص) و ائمه		۲۳۳.....	انجدان:
۲۶۵.....	اطهار (ع):	۲۳۳.....	انجیر:
۲۶۶.....	خواص ترنج به نقل از ائمه (ع):	۲۳۷.....	خواص انجیر، به نقل از پیامبر (ص) و ائمه (ع):
۲۶۷.....	بالنگو:	۲۳۸.....	انگور:
۲۶۷.....	بالنگوی شیرازی:	۲۴۳.....	خواص انگور
۲۶۷.....	بامیه:	۲۴۳.....	تأثیر انگور در ازه ن رفتن اندوه:
۲۶۸.....	بذر البنج:	۲۴۳.....	انگور فرنگی:
۲۶۸.....	بستنی:	۲۴۵.....	انیسون:
۲۷۱.....	بستنی آناناس، زردآلو و گیلان:	۲۴۵.....	اوکالپتوس:
۲۷۱.....	بستنی سالاد موز با گیلان:	باب بیستم	
۲۷۱.....	بستنی عسل و خرما و کرم:	۲۴۸.....	بالو باب:
۲۷۱.....	بستنی هلو:	۲۴۸.....	بابا آدم:
۲۷۲.....	بسیابه:	۲۴۹.....	باب بارتو:
۲۷۳.....	برف:	۲۴۹.....	بابونه:
۲۷۳.....	برگ بو:	۲۵۰.....	بابونه معمولی:
۲۷۵.....	برگ فیان:	۲۵۲.....	باد آورد:
۲۷۵.....	برگ مو:	۲۵۲.....	بادام:
۲۷۵.....	برگ نو:	۲۵۴.....	به:
۲۷۵.....	برگه زردآلو:	۲۵۵.....	بادام تلخ:
۲۷۶.....	برنج:	۲۵۶.....	بادام خشک:
خواص برنج به نقل از پیامبر اکرم (ص) و ائمه (ع)		۲۵۶.....	بادام زمینی:
۲۷۸.....	سفایج:	۲۵۶.....	بادام شیرین:
۲۷۹.....	بگین باوودر (بگین بودر):	۲۵۷.....	بادرنجبویه (بادرنجبویه):
۲۸۰.....	بلبوس:	۲۵۸.....	بادروج:
۲۸۰.....	بلسان:	خواص بادروج (خوک)، به نقل از ائمه و	
۲۸۱.....	بلال:	۲۵۸.....	پیامبر اکرم (ص):
۲۸۲.....	بلوط:	۲۵۹.....	بادنجان:



۳۰۴..... بالوده توت فرنگی:
 ۳۰۴..... بالوده زردآلو:
 ۳۰۴..... بالوده طالبی:
 ۳۰۴..... بالوده گیلاس:
 ۳۰۵..... بالوده موز:
 ۳۰۵..... بالوده هلو:
 ۳۰۵..... پامچال (زهرالربیع):
 ۳۰۵..... پای فر:
 ۳۰۶..... پناسیم:
 ۳۰۶..... پرتقال:
 ۳۰۷..... پیسی کولا:
 ۳۰۷..... پرسیاوشان:
 ۳۰۹..... پرک هندی:
 ۳۰۹..... پروتیزک:
 ۳۰۹..... پروتیدها (مواد بیافی البیضی):
 ۳۱۳..... پکتین (اصل ژلاتینی میوه‌ها):
 ۳۱۳..... پلو:
 ۳۱۳..... پماد:
 ۳۱۳..... پماد زفت:
 ۳۱۳..... پماد علف بواسیر:
 ۳۱۴..... پماد موم:
 ۳۱۴..... پنجه:
 ۳۱۶..... پنجه سر:
 ۳۱۷..... پنج انگست یا لفل بیابانی:
 ۳۱۸..... پنیر:
 ۳۱۹..... انتخاب پنیر:
 ۳۲۰..... نگه‌داری پنیر:
 ۳۲۰..... فریز کردن پنیر:
 ۳۲۰..... روش پختن پنیر:
 ۳۲۱..... خامه‌ای (انگلیسی):
 خواص پنیر به نقل از ائمه و رسول اکرم(ص)
 ۳۲۴.....
 ۳۲۵..... پنیر مایه:

۲۸۴..... بلبله:
 ۲۸۴..... بنان:
 ۲۸۴..... بندق:
 ۲۸۵..... بنفشه:
 ۲۸۶..... بنفشه‌ی سه‌رنگ:
 ۲۸۷..... بنگ:
 ۲۸۸..... بوره:
 ۲۸۸..... بولاغ اوتی:
 ۲۹۱..... بومادران:
 ۲۹۲..... به:
 ۲۹۴..... بهار - ما:
 ۲۹۴..... به - نه:
 ۲۹۴..... بهار رنج:
 ۲۹۵..... بیخ شب بو بنوات:
 ۲۹۶..... بیخ لفاح:
 ۲۹۶..... بید:
 ۲۹۸..... بید انجیر:
 ۲۹۸..... بیدانگبین:
 ۲۹۸..... بید سرخ:
 ۲۹۹..... بید مجنون:
 ۲۹۹..... بیدمشک:
 ۳۰۰..... بینه:



۳۰۱..... پایریکا:
 ۳۰۱..... پاییتال:
 ۳۰۱..... پاچه:
 ۳۰۲..... پادزهر حیوانی:
 ۳۰۳..... پادزهر کانی:
 ۳۰۳..... پادزهر معدنی:
 ۳۰۳..... بالوده (فالوده):
 ۳۰۴..... بالوده تمشک:



۳۳۶..... بیتزا:
 ۳۳۶..... تقسیم کردن بیتزای بزرگ
 ۳۳۶..... رویه بیتزا:
 ۳۳۷..... بیج امین الدوله:
 ۳۳۸..... بیجک:
 ۳۳۸..... بیجک صحرائی:
 ۳۳۹..... بیرو:
 ۳۳۹..... بیوند مریم:
 ۳۳۹..... بیه (بی):
 ۳۳۹..... فواید بیه به نقل از ائمه(ع)



۳۴۰..... تاج الملوک:
 ۳۴۱..... تاجریزی:
 ۳۴۲..... تانن:
 ۳۴۲..... تبشیر:
 ۳۴۳..... تخم اسفرزه:
 ۳۴۴..... تخم بارهنگ:
 ۳۴۵..... تخم جعفری:
 ۳۴۵..... تخم خربزه:
 ۳۴۵..... تخم خه:
 ۳۴۵..... تخم دریاچه:
 ۳۴۶..... تخم ریواس:
 ۳۴۶..... تخم شاه‌تره بیابانی:
 ۳۴۷..... تخم شاهی:
 ۳۴۷..... تخم شیدر:
 ۳۴۷..... تخم شلغم:
 ۳۴۷..... تخم شلیل:
 ۳۴۷..... تخم شنبلیله:
 ۳۴۷..... تخم شوید:
 ۳۴۷..... تخم کاسنی:
 ۳۴۸..... تخم کبک و دراج:

۳۲۵..... یوارو:
 ۳۲۵..... پوست تخم مرغ:
 ۳۲۵..... پوست خربزه:
 ۳۲۶..... پوست چلتوک، شلتوک:
 ۳۲۶..... پوست سبز پسته:
 ۳۲۶..... پوست سبز خیار:
 ۳۲۶..... پوست گردو:
 ۳۲۶..... پوست گنه گنه:
 ۳۲۷..... پوست نا نج:
 ۳۲۷..... پوست ه بیه زرد:
 ۳۲۷..... پوست هنرانه:
 ۳۲۷..... پونه:
 ۳۲۸..... پونه نهری (گل پونه):
 ۳۲۸..... پوره میوه و سبزیجات:
 ۳۲۸..... پوره پرتقال، لیمو و نارنگ:
 ۳۲۸..... پوره پرتقال و سیب:
 ۳۲۹..... پوره چغندر و سیب:
 ۳۲۹..... پوره چند سبزی با مایونز:
 ۳۲۹..... پوره سیب:
 ۳۲۹..... روش دوم تهیه پوره سیب:
 ۳۲۹..... پوره طالبی:
 ۳۳۰..... پوره کلم قمری:
 ۳۳۰..... پوره گریپ فروت:
 ۳۳۰..... پوره گوجه فرنگی:
 ۳۳۰..... پوره لوبیا:
 ۳۳۰..... پوره موز:
 ۳۳۰..... پوره هویج:
 ۳۳۱..... پیپ:
 ۳۳۱..... پیاز:
 ۳۳۱..... فواید پیاز به نقل از رسول اکرم(ص) و ائمه(ع)
 ۳۳۴..... پیازچه:
 ۳۳۵..... پیاز دشتی:



۳۷۱.....	ترشی پوست بالنگ:	۳۴۸.....	تخم کتان:
۳۷۱.....	ترشی لیته سیب:	۳۴۸.....	کتان:
۳۷۲.....	ترشی پیاز:	۳۴۹.....	تخمه کدو:
۳۷۲.....	ترشی چاتلانقوش:	۳۴۹.....	تخم کرفس:
۳۷۲.....	ترشی چغندر:	۳۵۰.....	تخم کلم:
۳۷۳.....	ترشی خیار ریز:	۳۵۰.....	تخم مرغ:
۳۷۳.....	ترشی سیر:	۳۵۲.....	تخم مرغ در آشپزی:
۳۷۳.....	ترشی فلفل:	۳۵۵.....	روش تشخیص تازه بودن تخم مرغ:
۳۷۳.....	ترشی گلپر:	۳۵۶.....	زرده تخم مرغ:
۳۷۴.....	ترشی گوجه فرنگی:	۳۵۶.....	انتخاب تخم مرغ:
۳۷۴.....	ترشی گوجه فرنگی با سس قرمز:	۳۵۷.....	نگهداری تخم مرغ:
۳۷۴.....	ترشی لیمو درسته:	۳۵۷.....	جدا کردن سفیده و زرده تخم مرغ:
۳۷۵.....	ترشی مویز:		آمیختن سفیده های تخم مرغ در مخلوط
۳۷۵.....	ترشی هفت بیجار:	۳۵۹.....	
۳۷۵.....	ترشی هلو:		استفاده از تخم مرغ در عنوان غلظت دهنده
۳۷۶.....	ترشی هویج فرنگی:	۳۵۹.....	
۳۷۶.....	ترنجبین:	۳۶۰.....	تخم مرغ آب پز:
۳۷۷.....	تره:	۳۶۱.....	تخم مرغ آب پز با سرکه:
.....	خواص تره به نقل از ائمه (ع) و رسول اکرم (ص)		خواص تخم مرغ به نقل از ائمه (ع) و رسول اکرم (ص)
۳۷۹.....		۳۶۲.....	پیامبر اکرم (ص) :
۳۷۹.....	تره فرنگی:	۳۶۳.....	تخم نیلوفر:
۳۸۰.....	تریاق:	۳۶۴.....	تخم نیلوفر بیج:
۳۸۱.....	آثار عمومی:	۳۶۴.....	تخم هویج:
۳۸۱.....	تمبر هندی:	۳۶۴.....	ترب (تربچه):
۳۸۲.....	تمشک:	۳۶۸.....	خواص ترب به نقل از ائمه (ع) :
۳۸۴.....	آثار دود تنباکو:	۳۶۸.....	ترید:
۳۸۵.....	توت:	۳۶۹.....	ترشک:
۳۸۶.....	توت سیاه (شاه توت):	۳۶۹.....	ترشی:
۳۸۶.....	آب:	۳۶۹.....	ترشی انبه:
۳۸۸.....	توتون:	۳۷۰.....	ترشی انگور قرمز:
۳۸۸.....	توتیا:	۳۷۰.....	ترشی بادنجان درسته:
۳۸۸.....	تودری:	۳۷۰.....	ترشی بادنجان لهیده:
۳۹۰.....	توسرخ:	۳۷۱.....	ترشی پسته سبز:

۴۱۱..... چهار تخم زائو:
 ۴۱۱..... چهار تخم سینه:
 ۴۱۲..... چهار تخم شیر خنک:
 ۴۱۲..... چهار تخم مقوی:
 ۴۱۲..... چهار تخمه:
 ۴۱۲..... چهار ترشی:
 ۴۱۲..... چهار حبه سینه:
 ۴۱۲..... چهار روغن:
 ۴۱۲..... چهار شور:
 ۴۱۳..... چهار شیر:
 ۴۱۳..... چهار شیرینی:
 ۴۱۳..... چهار عرق خنک:
 ۴۱۳..... چهار عرق گرم:
 ۴۱۳..... چهار گل:
 ۴۱۳..... چهار میوه سینه:
 ۴۱۳..... چوبک:

چ چ چ

۴۱۴..... حب:
 ۴۱۵..... حب تبار:
 ۴۱۶..... حب بلبل:
 ۴۱۶..... حب بلبله:
 ۴۱۶..... حب خوش بوکننده ی ده ن:
 ۴۱۷..... حب شاه تره:
 ۴۱۷..... حب شیرسگ:
 ۴۱۷..... حبوبات:
 ۴۱۸..... حبشیشه السعال:
 ۴۱۸..... حبض:
 ۴۲۰..... حلوب:
 ۴۲۱..... حلزون:
 ۴۲۱..... حلیم:
 ۴۲۴..... حنظل:

۳۹۰..... تیمر:
 ۳۹۱..... تیول:

ث ث ث

۳۹۱..... ثعلب:

ج ج ج

۳۹۲..... جاوشیر:
 ۳۹۲..... جعفری:
 ۳۹۳..... جگر:
 ۳۹۴..... جنتیانا:
 ۳۹۴..... جنطیانا:
 ۳۹۹..... جوانه ماش:
 ۳۹۹..... جوانه نخود:
 ۲۱۹..... جوز هندی:
 ۳..... جو سیاه:
 جین:

چ چ چ

۴۰۱..... چاودار:
 ۴۰۱..... چای:
 ۴۰۴..... چای سبز:
 ۴۰۴..... چیق:
 ۴۰۷..... خواص چغندر به نقل از ائمه (ع):
 ۴۰۸..... چلغوزه:
 ۴۰۸..... چمبرک (کیسه کشیش):
 ۴۰۹..... چنار:
 ۴۰۹..... چنگالی:
 ۴۱۱..... چهارادویه:
 ۴۱۱..... چهار پوست:
 ۴۱۱..... چهار تخم خنک:

۴۶۵..... دسر رنگارنگ بهاری:
 ۴۶۵..... دسر رنگارنگ پاییزی:
 ۴۶۵..... دسر مقوی:
 ۴۶۵..... دلمه:
 ۴۶۶..... دلمه بی بر:
 ۴۶۶..... دلمه پرتقال:
 ۴۶۶..... دلمه خیار:
 ۴۶۶..... دلمه زردآلو:
 ۴۶۶..... دلمه سیب:
 ۴۶۷..... دلمه سیب زمینی - بادام:
 ۴۶۷..... دلمه طالبی:
 ۴۶۷..... دلمه کلم قمری:
 ۴۶۷..... دلمه گریپ فروت با سالاد میوه:
 ۴۶۸..... دلمه گریپ فروت با شیر و مغز گردو:
 ۴۶۸..... دلمه گلابی:
 ۴۶۸..... دلمه گوجه فرنگی:
 ۴۶۸..... سبزی دلمه ساطوری شده:
 ۴۶۸..... دلمه موز:
 ۴۶۹..... دلمه هلو:
 ۴۶۹..... دلمه و قلووه:
 ۴۶۹..... دم اسفند:
 ۴۷۱..... دوغ:
 ۴۷۲..... دیوالبالا:



۴۷۴..... ذرائج (الاکلنگ):
 ۴۷۴..... ذرت (کاکل ذرت):



۴۷۵..... راتیانج:
 ۴۷۶..... رادیوم:



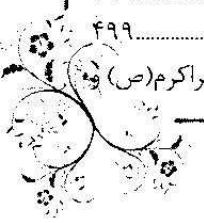
۴۲۵..... خارتویی:
 ۴۲۵..... خارخسک:
 ۴۴۸..... خشخاش:
 ۴۴۹..... خشخاش زبدی:
 ۴۴۹..... خشخاش سفید:
 ۴۵۱..... خلر یا جلیان:
 ۴۵۲..... خلنگ:
 ۴۵۲..... خمان صغیر:
 ۴۵۳..... خوش گوشت (خووک):
 ۴۵۳..... خولن بن:
 ۴۵۴..... خون سیاوشان:
 ۴۵۵..... خیار:
 ۴۵۷..... خواص خیار به نفع از (ع) و پیامبر اکرم (ص):
 ۴۸۱..... خیار شنگ:



۴۵۸..... دارچین:
 ۴۵۹..... داروش:
 ۴۶۰..... دخانیات:
 ۴۶۱..... درخت ارژن:
 ۴۶۱..... درختچه‌ی نیل:
 ۴۶۱..... درخت عمره:
 ۴۶۲..... درخت مسواک:
 ۴۶۲..... درمنه:
 ۴۶۴..... درمنه ترکی:
 ۴۶۴..... دستنبو:
 ۴۶۴..... دسر:
 ۴۶۴..... دسر حلوا:



۴۹۱.....	روغن بالمسیت:	۴۷۶.....	رازک:
۴۹۱.....	روغن پسته:	۴۷۷.....	رازیانه:
۴۹۱.....	روغن پنبه:	۴۷۹.....	راج:
۴۹۲.....	روغن پیاز سوسن:	۴۷۹.....	راج اربو:
۴۹۲.....	روغن پیه و دنبه:	۴۸۰.....	رب ریوند:
خواص روغن حیوانی به نقل از پیامبراکرم(ص) و		۴۸۰.....	رجل الحمامه:
ائمه(ع).....		۴۸۰.....	رم:
۴۹۳.....	روغن تونگ:	۴۸۰.....	روغن:
۴۹۳.....	روغن جوانه گندم:	۴۸۳.....	روغن آفتاب گردان:
۴۹۳.....	روغن جوز بویا:	۴۸۴.....	روغن آلاله:
۴۹۳.....	روغن جوز مائل:	۴۸۴.....	روغن ابودلدک:
۴۹۳.....	روغن چوب:	۴۸۴.....	روغن ارزن:
۴۹۴.....	روغن حلتیت:	۴۸۴.....	روغن اسطوخودوس:
۴۹۴.....	روغن حنا:	۴۸۴.....	روغن اشنه:
۴۹۴.....	روغن خاراگوش:	۴۸۵.....	روغن اکالپتوس:
۴۹۴.....	روغن خارخسک:	۴۸۵.....	روغن انقوزه:
۴۹۴.....	روغن خاکستری:	۴۸۵.....	روغن ایرسا:
۴۹۴.....	روغن خردل سیاه:	۴۸۸.....	روغن بابونه:
۴۹۴.....	روغن خشخاش:	۴۸۶.....	روغن بابونه گاوچشم:
۴۹۵.....	روغن دارچین گوش:	۴۸۷.....	روغن بادام تلخ:
۴۹۵.....	روغن دارچین:	۴۸۷.....	روغن بادام شیرین:
۴۹۶.....	روغن دانه انگور:	۴۸۸.....	روغن باریکر:
۴۹۶.....	روغن دبق:	۴۸۸.....	روغن بالنگ:
۴۹۶.....	روغن درمنه:	۴۸۸.....	روغن برگ بو:
۴۹۶.....	روغن ذرت:	۴۸۸.....	روغن ترب:
۴۹۷.....	روغن روسی:	۴۸۹.....	روغن بزرک:
۴۹۷.....	روغن ریحان:	۴۹۰.....	روغن بلسان:
۴۹۷.....	روغن زردآلو:	۴۹۰.....	روغن بلوط:
۴۹۷.....	روغن زرد گاو:	۴۹۰.....	روغن بنفشه:
۴۹۷.....	روغن زعفران:	۴۹۰.....	روغن بنگ:
۴۹۸.....	روغن زنجبیل:	۴۹۱.....	روغن بومادران:
۴۹۹.....	روغن زیتون:	۴۹۱.....	روغن به:
خواص روغن زیتون به نقل از پیامبراکرم(ص) و		۴۹۱.....	روغن پرافین:



۵۰۸.....	روغن کوشنه:	۵۰۰.....	امام علی (ع):
۵۰۹.....	روغن گردو:	۵۰۱.....	روغن سبز:
۵۰۹.....	روغن گزنه:	۵۰۱.....	روغن سدر:
۵۰۹.....	روغن گشنیز:	۵۰۱.....	روغن سقر:
۵۱۰.....	روغن گلرنگ (کارتام):	۵۰۱.....	روغن سلیقون:
۵۱۰.....	روغن گل سرخ:	۵۰۱.....	روغن سنبل رومی:
۵۱۰.....	روغن گل سوسن سفید:	۵۰۲.....	روغن سندروس:
۵۱۰.....	روغن گل مرزه:	۵۰۲.....	روغن سوژا:
۵۱۱.....	روغن گل هزارچشم:	۵۰۲.....	روغن سوسن:
۵۱۱.....	روغن گورگیاہ:	۵۰۲.....	روغن سویا:
۵۱۱.....	روغن لادن:	۵۰۲.....	روغن سه ههه:
۵۱۱.....	روغن لاله:	۵۰۳.....	روغن سه دان:
۵۱۱.....	روغن لوریه:	۵۰۳.....	روغن سه:
۵۱۲.....	روغن مار:	۵۰۳.....	روغن شوید:
۵۱۲.....	روغن ماهی:	۵۰۴.....	روغن صندل:
۵۱۳.....	روغن محافظ مو:	۵۰۴.....	روغن طبی:
۵۱۳.....	روغن مرزنجوش:	۵۰۴.....	روغن عاقرقرا:
۵۱۳.....	روغن مرزه:	۵۰۴.....	روغن عقرب:
۵۱۳.....	روغن مصطکی:	۵۰۴.....	روغن عنصل:
۵۱۳.....	روغن معدنی:	۵۰۴.....	روغن غار:
۵۱۴.....	روغن عذاب:	۵۰۵.....	روغن فلفلار:
۵۱۴.....	روغن مجر:	۵۰۵.....	روغن فلفل سفید:
۵۱۴.....	روغن مہ:	۵۰۵.....	روغن فلفل سیاه:
۵۱۴.....	روغن نارگیل:	۵۰۵.....	روغن فندق:
۵۱۵.....	روغن نباتی:	۵۰۵.....	روغن قسط:
۵۱۵.....	روغن نخل:	۵۰۵.....	روغن قطب:
۵۱۶.....	روغن نخود:	۵۰۶.....	روغن قيصوم:
۵۱۶.....	روغن نرگس:	۵۰۶.....	روغن کاکائو:
۵۱۶.....	روغن هسته انگور:	۵۰۶.....	روغن کتان (بزرک):
۵۱۶.....	روغن هفت ادویه:	۵۰۶.....	روغن کدو:
۵۱۶.....	روغن هلیله کابلی:	۵۰۶.....	روغن کرچک:
۵۱۶.....	روغن هوفاریقون:	۵۰۷.....	روغن کنجد:
۵۱۷.....	روغن وسمه:	۵۰۸.....	روغن کورکاس: