

HÁZI PRAKTIKÁK

# Öntöttvas edények használata



Bármely tűzhelyen használhatók az öntöttvas edények

▲ FORRÁS: PIXABAY.COM

**Vegetáriánusoknak és vérszegénységben szenvedőknek is ajánlott az öntöttvas edények használata.**

Az öntöttvas edények szinte nélkülözhetetlen darabnak számítanak a konyhában. Egyik nagy előnyük, hogy szinte mindenfajta tűzhelyen használhatók, kezdve a hagyományos gáztűzhelytől a kerámialaposig. Kitűnően

tartja a hőt, így a benne készült étel íze dúsabb, zamatosabb. Másfelől pedig az edényből a főzés alatt kioldódott vas nemhogy ártalmas, de kifejezetten kedvező az emberi szervezet számára. Az effajta edények használata különösen ajánlott a ve-

getáriánusoknak és vérszegényeknek is – egyfelől a zöldséges ételek is ropogósabbak, vitamindúsabbak maradnak benne, másfelől pedig a húsmentes étkezés miatt kimaradó vastartalom így megoldott lesz. Az öntöttvas lábasha nem fog leragadni a főztünk, ha az a felület, amely az étellel érintkezésbe kerül, megfelelően olajos. Hosszú időre megóvjuk

és már a következő alkalomra előkészíthetjük az edényt, ha minden használat után megtisztítjuk és vékonyan kiolajozzuk. Hurka, kolbász vagy szalonna sütése kimondottan ajánlott, így az edényt a húskból kiszülő zsiradék karban is tartja. Az öntöttvas egyik hátránya, hogy szilárdsága és rugalmassága az acélénál jóval kisebb, ezért törékenyebb.

SKANDI

<b>A fáról nézve...</b>		KISLEÁNY JÁTÉKSZERE	KÓBORLÁS SZOMORÚSÁG	1
Két alma néz lefelé a fáról a világra. Azt mondja az egyik: - Látod az embereket? Őlik, gyilkolják, rabolják egymást. Ha ez így megy tovább, több mint biztos, hogy csak mi, almák maradunk meg a Földön. Mire megszólal a másik: - ... (Poén a rejtvényben.)		zÖTYKÖL	A FÉRFI SORSA ... FUTVA MENEKÜL	
TARTÓZKODÓ	RUHÁT KÉSZÍT	KELVIN	AZON A HELYEN	GABONI, THAIF., NÉMET ELLENBEN
	2			EME BÓLOND ..., (PETŐFI)
ARGON		MŰLIK		
BOSSZANT		RAJTA ..., Ó KÖVETKEZIK		
				FÖLDET FORGAT FÁGYLALT, NÉMETÜL
				TOVA
IPSZILON	SIEMENS		NAPSZAK NEM, ANGOLUL	
	ZOKOG			PAJTA
				AMPER
GESZTENVE-FAJTA	P			

<b>Móricka felel</b>		1	SULFUR JEAN ... LEPEN	EURÓPAI NÉP
- Ugyebár a képen is láthatjátok, a New York-i Szabadság-szobor egyik kezében könyvet tart, a másikban fáklyát. Ki tudja megmondani, mit jelképez a fáklya? Tessék, Móricka! - Azt, hogy ... (Poén a rejtvényben.)		KÁRTYA-JÁTÉK		
		KOPASZ JÖVEDELEM, FIZETÉS		2
		RIN-... ..., KUTYASZTÁR		
3	ORIGÓ KÁRBA VÉSZ	VÉD EZEN A HELYEN	... GEES, EGYÜTTES KATONAI (RÖVID)	
LEVENTE BECÉZVE				MÉTER CSAHOLÓ
PÁROSAN ÍVEL!		ISMERETEKET SZEREZ KÉT BIT!		
RÉGI			GERMÁNium	SV., LUX., ZAMB.
SUTA IKERSZAVA			PERZSA URALKODÓI CÍM ÓMEGA!	
NÉMA NUSI! JAPÁN KENYÉR		AM. FILMSZ. (NICK) SIEMENS		
				NITROGÉN (RÉGI)

A lapunk tegnapi számában megjelent rejtvények megfejtései: **Látogatóban** – ... egy személyre van befűtve. **Okos ló** – ... az állatorvost hívta ki.

HIRDETÉS

POSZT

HÍRLEVÉL

mediatér