

## حمیس توله

توله گیاهی خود رو است که ریشه های آن آبدار، ساقه آن استوانه ای شکل و برگهای آن بزرگ و دارای دمبرگ است.

خواص دارویی آن ، پنیرک حاوی موسیلاژ (لعاب نباتی) و ویتامین های A-B-C از برگ و گل این گیاه استفاده می شود، ضد سرفه و مرهم سینه است، خاصیت مسهل و نرم کننده دارد ، جوشانده آن برای عفونته ای مثانه و اسهال خونی و سرفه های شدید مفید و مؤثر است. برگ و ریشه پنیرک را اگر به شکل ضماد در آورید و روی دمل بگذارید فوراً سرباز می کند. خوردن دم کرده شاخه و برگ آن با شکر برای رفع خشونت صدا و یرقان و سوزش مجاری ادرار مفید است.



**مواد لازم :**

توله ، دانه انار خشك شده و رب انار ، پیاز و ادویه

**طرز تهیه :**

برای تهیه این غذا ابتدا توله را خرد کرده و بعد آنرا در آب روی اجاق می گذارند تا بپزد سپس آب آنرا جدا کرده و بعد پیاز را سرخ کرده و بعد دانه های انار را به آن اضافه می کنند سپس توله پخته شده را در ماهیتابه سرخ کرده و بعد رب انار را به آن اضافه میکنند .

