



یک غذای خوش رنگ



مرجان اسماعیلی

خانم خرگوش دو تا بچه داشت؛ اسم یکی برفی و اسم یکی مخمل بود. آن روز عصر برفی و مخمل می خواستند بروند با بچه ها بازی کنند. خانم خرگوش به بچه ها گفت که قرار است برایشان یک شام قرمز پیزد. وقتی بچه ها رفتند، او چند تا چغندر را شست و برگ هایشان را جدا کرد. بعد آن ها را داخل قابلمه ریخت، آب را اضافه کرد و گذاشت سه چهار ساعت بپزند. وقتی آب چغندر ها کم شد و خوب نرم شدند، خانم خرگوش آن ها را کنار گذاشت تا سرد شوند. بعد چغندر های پخته را که دیگر لبو شده بودند، بارنده ریز کرد. چند حبه سیر هم رنده کرد. کمی فلفل و نمک اضافه کرد. بعد مقداری ماست به مواد اضافه و آن ها را حسابی قاتی کرد. به به، چه رنگ قرمزی!

خانم خرگوش از غذایی که درست کرده بود خیلی خوشش آمد؛ هم به خاطر رنگش و هم به خاطر اینکه لبو کُلی پروتئین، ویتامین و آهن دارد که برای استخوان ها خوب است و در فصل زمستان بدن بچه هایش را قوی می کند. سروصدای بچه ها از بیرون آمد. وقتی وارد خانه شدند، داد زدند: ماما! گشمنونه! وقتی غذای آن شب را دیدند، خیلی ذوق کردند و با اشتهای زیاد بورانی لبو را خوردند.

