



صندوق التنمية الزراعية
والسمكية



وزارة الزراعة والثروة السمكية
إدارة الزراعة والثروة الحيوانية
بمحافظة البريمي



منتجات
البيت العماني الريفي



طريقة تصنيع التمور العمانية

مشروع تنمية وتطوير صناعة المخللات
لدى المرأة الريفية بمحافظة البريمي
الممول : صندوق التنمية الزراعية والسمكية

إعداد وتنفيذ مديرة المشروع :
عطية بنت عبود بن علي البلوشية

مرشدة شؤون المرأة الريفية
إدارة الزراعة والثروة الحيوانية
بمحافظة البريمي

المقدمة

قال تعالى {وَالنَّخْلَ بِاسِقَاتٍ لَهَا طَلْعٌ نَضِيدٌ} (سورة ق: ١٠٠)
وقال رسول الله: " بيت ليس فيه تمر جياح أهله " (صحيح مسلم)

يعتبر تمر النخيل المحصول الأول في السلطنة تعدادا وانتشارا ونظاما بينيا وزراعيًا متكاملًا وله أهمية كبرى في حياة الإنسان العماني على مر العصور وتبذل وزارة الزراعة والثروة السمكية جهودًا كبيرة لتعظيم المردود الاقتصادي والاجتماعي والبيئي لأشجار النخيل.

وقد توسعت زراعة النخيل ورافقت التقدم التقني والعلمي الذي سخر كل إمكانياته لإيجاد كل ما هو جديد لخدمة هذا القطاع الهام , ويمثل نخيل التمر ٦, ٨٢٪ من مساحات زراعات الفاكهة الأخرى وتشير الإحصاءات إلى أن عدد أشجار الفاكهة في السلطنة يقرب من ٨ مليون نخلة منها حوالي ٥١٪ مليون نخلة تمور مائدة أو ما يعادل حوالي ٦٤٪ من العدد الكلي للنخيل مقارنة بـ ٩, ٢٪ مليون لنخيل تمور التصنيع أو ما يعادل ٣٦٪ من العدد الكلي للنخيل.

لذلك لابد من الاستفادة من هذه التمور بتصنيعها وحفظها بشكل جيد لاستخدامها في غير موسمها وإضافة القيمة الغذائية لمنتجات التمور .

فوائد التمر:

* مقوى عام للجسم ويعالج فقر الدم ويمنع اضطراب الأعصاب.

* يستخدم لعلاج حالات الإمساك المزمن .
* تنشيط الجهاز المناعي.

* كما أنه يحتوي على مضادات السرطان والهرمونات المهمة مثل هرمون البيتوسين الذي له خاصية تنظيم الطلق عند النساء بالإضافة إلى أنه يمنع النزيف أثناء وعقب الولادة ومخفض لضغط الدم عندما تتناوله الحوامل.

* يحتوي على فيتامين (أ) الذي يطلق عليه الأطباء اسم (عامل النمو).

* غني بالفوسفور بنسبة عالية.

* يفيد كبار السن الذين بدؤوا يعانون قلة السمع والشعور بطنين الأذان أو بالأصح ضعف الأعصاب السمعية.

* تستطيع المعدة هضم التمر وامتصاص السكاكر الموجودة فيه خلال ساعة أو بضع ساعة.

القيمة الغذائية لكل ١٠٠ جرام (٣,٥ أوقية)	
٧٥ جرام	الكربوهيدرات
٦٣ جرام	سكر
٨ جرام	الياف غذائية
٠,٤ جرام	الدهون
٢,٥ جرام	بروتين
٢١ جرام	مياه
٠,٤ جرام ١٪	فيتامين ج
٠,٢٦٢ جرام	منغنيز

النسب المنوية محسوبة من التوصيات الأمريكية للبالغين
المصدر : (وزارة الزراعة الأمريكية قاعدة البيانات الغذائية)

الأصناف:

- ١- تمر بحشوة اللوز
- ٢- تمر بحشوة الطحينة والبسكويت
- ٣- تمر المعمول بجوز الهند المجفف
- ٤- تمر المعمول بشكلاتة الجلاکسي
- ٥- تمر المعمول بالسّمسم
- ٦- تمر الخلاص بالفستق

المقادير لكل الأصناف:

تمر خلاص وفرض او اي نوع على حسب الرغبة ،
صحون للتعبئة ، شكلاتة جلاکسي ، سمن عماني ،
فستق مطحون ، جوز الهند المجفف ، جوز ،
سّمسم ، لوز.

الطريقة لكل الأصناف:

- ١- ارتداء القفازات عند البدء في عملية التصنيع
- ٢- تنظيف التمر من الأتربة والأشياء الزائدة.
- ٣- نشق التمر بشكل طولي لإزالة النواة.
- ٤- نضيف اللوز أو الجوز في منتصف التمر.
- ٥- نعمل كرات صغيرة بالمعمول و نقوم بطحن الفستق ثم تدريج الكرات بداخله.
- ٦- نكرر عملية تكوير المعمول ونمرر الكرات في السّمسم أو جوز الهند .
- ٧- نذوب الشكلاته ونقوم بعمل كرات من معمول التمر ونضعها في الشكلاته وتشكيلها على حسب الرغبة.

١- التمر بحشوة اللوز

طريق التحضير:

- ١- نشق التمر بشكل طولي لإزالة النواة .
- ٣- نضيف اللوز في منتصف التمر .
- ٤- يمكن تقطيع اللوز إلى قطع صغيرة لنحشو التمر ، ونضيف بعض الشكلاتة ويتم رشها بالفستق على حسب الرغبة .



٢- تمر بحشوة الطحينية

والبسكويت

طريق التحضير:

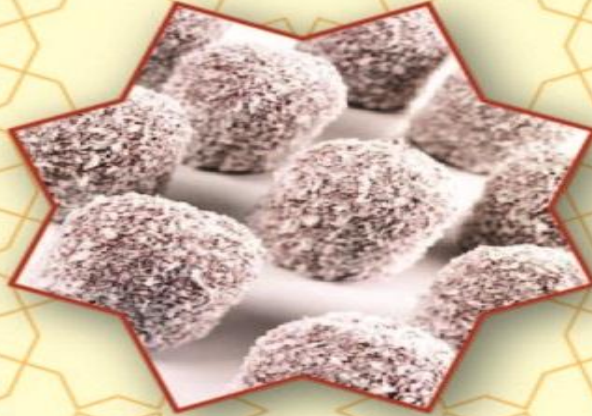
- ١- ننظف التمر ونقوم بشقة من النص ونخرج النوى
- ٢- نقوم بطحن البسكويت ونخلط معه الطحينية ونحشو التمر.



٣- تمر المعمول بجوز الهند المجفف

طريق التحضير:

- ١- نقوم بتكويرة التمر على شكل كرات صغيرة.
- ٢- نمرره في جوز الهند المجفف.



٤- تمر المعمول بشكلاتة الجالاكسي

طريق التحضير:

- ١- نقوم بتكويرة التمر المعمول على شكل دوائر.
- ٢- نذوب الشكلاتة ونمررها عليه.
- ٣- نتركه في الثلاجة لمدة خمس دقائق حتى يجمد ثم نزينه بشكلاتة الجالاكسي.



٥- تمر المعمول

بالسمسم

طريق التحضير:

- ١- نقوم بتكوير التمر على شكل كرات صغيرة.
- ٢- نمرر الكرات في السمسم ليغطي سطح كرة التمر.



٦- تمر الخلاص بالفستق

طريق التحضير:

- ١- نشق التمر بشكل طولي لإزالة النواة.
- ٣- ثم نضع حشوة الفستق وسط التمر.



المراحل التي يمر بها التمر

الطلع: يعتبر الطلع أول ظهور من الثمرة ويبدأ هذا الطور تلقح مباشرة بفترة قصيرة تمتد من ٤-٥ اسابيع.

الخلال: يعتبر الخلال ثاني طور من نمو ثمرة التمر وتبدأ الثمرة بالاستطالة ويصبح لونها اخضر ويتصف بزيادة سريعة في الوزن والحجم.

البسر: يتصف طور البسر بالبطء في زيادة الوزن ويتغير اللون إلى اللون الاصفر أو الاحمر أو الأشقر ومدته ٣-٥ اسابيع

الرطب: يبدأ الرطب في ذنب مرحلة البسر ثم يعمها فتصبح الثمرة رطبا تصبح مائبة وحلوة وتتراوح الفترة من ٢-٤ اسابيع.

التمر: هو الطور النهائي للثمرة والأصناف اللينة قد يتماسك اللحم بقوام ويعتم اللون وتتجمد القشرة ويذكر انه يوجد أكثر من ٤٥٠ نوعا من التمر في العالم .

هل تعلم أن :

٥ حبات تمر (حوالي ١٠٠ جرام) يوميا تغني الإنسان بكامل احتياجاته اليومية من المغنيسيوم ووالمنجنيز والنحاس والكبريت ونصف احتياجاته من الكالسيوم واليوتاسيوم.

**إدارة الزراعة والثروة الحيوانية
بمحافظة البريمي**

هاتف : ٢٥٦٥٠٤٣٨