

صرفه جویی در وقت و هزینه، با رجوع به داوری

محمدبازیار - کارشناس واحد پیشگیری از وقوع جرم دادگستری کازرون



مقاله پیش رو در تاریخ ۱۹ تیر ۹۲ در روزنامه حمایت به چاپ رسیده که به خاطر اهمیت موضوع داوری با اندک تغییراتی جهت مطالعه خوانندگان و مخاطبان گرامی ارائه گردیده است. بعد از اینکه اختلاف ایجاد شد و روش های مختلفی برای حل کردن آن وجود دارد، برخی با مراجعه به دادگاه و سیری کردن تشریفات خاص دادرسی که گاهی طولانی و هزینه بر هم می شود مشکل را حل می کنند و برخی نیز روش ساده تری را برمیگزینند و تلاش می کنند اختلاف به وجود آمده را از طریق فرآیندهایی مبتنی بر سنت ریش سفیدی و میانجیگری در مدتی کوتاه تر و البته بدون تشریفات فاصله دهند؛ که به روش دوم در اصطلاح حقوقی مراجعه به داوری می گویند؛ اگر می خواهید با این روش آشنا شوید این گزارش را تا انتها بخوانید. در ابتدا یادتان باشد علاوه بر مواردی که طرفین یک اختلاف، با اراده و خواست خود یک دعوا را به داوری ارجاع می دهند، گاهی ممکن است تصمیم دادگاه هم زمینه حل و فصل یک اختلاف به وسیله داور را فراهم کند؛ بنابراین داوری به اختیاری و اجباری قابل تقسیم است.

داوری اختیاری: زمانی که ما قراردادی را منعقد می کنیم می توانیم در لایحه آن بندی اضافه کنیم که در صورت بوجود آمدن اختلاف، آن را به وسیله داور یا داوران منتخب حل و فصل کنیم. علاوه بر این ممکن است در قراردادی جداگانه توافق به حل اختلافات از طریق داوری شود.

داوری اجباری: در برخی موارد دادگاه حل یک مسأله را با توجه به اوضاع و احوال آن از طریق داوری به مصلحت می بیند و موضوع را برای حل اختلاف به داوری ارجاع می دهد. این مورد را داوری اجباری نامگذاری کرده اند؛ چون طرفین دعوا در این امر هیچ نقشی ندارند. البته دادن چنین اختیاری به قاضی قابل توجه نیست به همین دلیل این نوع از داوری فقط در مواردی که قانونگذار مشخص کرده است، عنوان استفاده می شود. به عنوان مثال در دعوی طلاق حتماً برخی افراد به دعوی حکم و داور در جریان داوری مداخله می کنند.

دالیلی که باید به داور مراجعه کرد: مراجعه به داوری شرایط سفت و سختی ندارد و معمولاً تشریفات دشواری طی نمی شود؛ اما برای اینکه جلوی سوءاستفاده گرفته شود و اشتباهات به حداقل برسد بعضی شرایط برای کسی که اختلاف را به داوری ارجاع می دهد و داور پیش بینی شده است که هنگام ارجاع اختلاف به داوری باید مورد توجه قرار گیرد. اولین سوالی که پاسخ به آن اهمیت دارد این است که چرا ما باید به سراغ داوری برویم؟ این امر چند دلیل ساده دارد: صرفه جویی در زمان، رسیدگی در دادگاهها به درازا می کشد؛ اما داوران به دو دلیل سریعتر به دعوی رسیدگی می کنند: ۱- لازم نیست مقررات قانون آیین دادرسی مدنی را رعایت کنند. ۲- مهلت رسیدگی آنها محدود است و باید در مدت معینی رای صادر کنند. صرفه جویی در هزینه: رسیدگی در دادگاه نیازمند صرف هزینه های متعددی است. علاوه بر این تلف شدن زمان نیز هزینه هایی را بر طرفین دعوا تحمیل می کند. هزینه های داوری به مراتب کمتر از هزینه هایی است که باید با مراجعه به دادگاه پرداخت کرد. تصور کنید که شما می توانستید قاضی رسیدگی کننده به دعوی خود را در دادگاه انتخاب کنید؛ در این صورت حتماً پذیرش رای او برای شما آسانتر بود هر چند که آن رای به ضرر شما باشد. در رسیدگی قضایی در دادگاهها این امکان وجود ندارد و منطقی هم نیست؛ اما این موضوع در داوری کاملاً امکانپذیر است؛ بنابراین داوری که توسط طرفین دعوا انتخاب می شود به او اعتماد بیشتری وجود دارد. از طرفی داور هم می گویند تا اصحاب دعوا را به یکدیگر نزدیک سازد و این امر موجب نزدیکی و حسن تفاهم نسبی طرفین می شود. به خاطر داشته باشید شخصی که اختلافی را به داوری ارجاع می دهد باید شرایطی داشته و از بلوغ، عقل و اختیار برخوردار باشد تا بتواند موافقت نامه داوری را امضا کند. بنابراین روشن است که کودک، مجنون و غیررشید نمی تواند اختلافی را به داوری ارجاع دهد.

شرایط داور در مقاله «بازگام داوری در شرح و قانون» امیرالمومنین علی (ع) شرایطی را برای داوران احصا کرده بود که به آنها اشاره کرده بودیم اما در قانون شرایط داور تعیین نشده است بنابراین قاعدتاً هر کسی به عنوان داور می تواند انتخاب شود؛ اما قانون اشخاصی را که ممنوع از انتخاب شدن به عنوان داور هستند و به حکم قطعی دادگاه یا بر اثر آن از داوری محروم شده اند را مشخص کرده (هائظور که اشاره گردید به مقاله «بازگام داوری در شرح و قانون» که جزئیات این قسمت اشاره کرده ایم) این افراد کسانی هستند که تا آنجا کمتر از ۲۰ سال باشد؛ در دعوی ذاتی نفع باشند؛ یا یکی از اصحاب دعوا ارباب سببی تا درجه دوم از طبقه سو داشته باشند؛ یعنی با تکلیف یا وکیل یا مباشر امور یکی از اصحاب دعوا هستند؛ خود یا همسرانشان وارث یکی از اصحاب دعوا باشند؛ خود یا همسرانشان یا یکی

از ارباب سببی یا نسبی تا درجه دوم از طبقه سوم داوران یا یکی از اصحاب دعوا یا زوجة یا یکی از ارباب نسبی یا سببی تا درجه دوم از طبقه سوم دارند؛ یکی از اصحاب دعوا یا اشخاصی که فرایند نسبی یا سببی تا درجه دوم از طبقه سوم از اصحاب دعوا دارند، در گذشته به حال دادرسی کفیری داشته باشند؛ همچنین کارمندان دولت در حوزه مأموریت آنان.

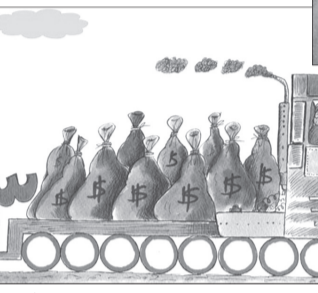
فرآیند داوری: بسیاری از قراردادهایی که امروزه منعقد می گردد بخشی از آن برای داوری اختلافات احتمالی است. قرارداد داوری ممکن است به صورت جداگانه هم منعقد گردد؛ اما آنچه میخوانیم به بررسی آن بپردازیم این است که باید در متن این قرارداد چه چیزهایی بنویسیم؟ شرایط قرارداد داوری مثل هر قرارداد دیگری است با این تفاوت که موضوع آن تعهد دو طرف قرارداد بر این موضوع است که اختلاف موجود یا احتمالی آینده را در مدت مشخصی از دادگاههای دادگستری واگذار کنند. هنگام انعقاد چنین قراردادی به نکات ذیل باید توجه کرد: ۱- مورد یا مواردی را که حل اختلاف راجع به آن، به داور ارجاع شده است، در قرارداد شرح داده شود. ۲- نام و مشخصات کامل طرفین و داورها در قرارداد درج شود. بعنوان مثال نام و نام خانوادگی و سایر توضیحاتی را که نهایتاً موجب رفع هر گونه ابهامی در این زمینه می شود، در قرارداد منعکس گردد. ۳- تعداد داوران بند دیگری است که بهتر است به قرارداد داوری اضافه شود. در قانون سقفی برای تعداد داوران تعیین نگردیده اما بهتر است تعداد آنها سه نفر یا عددی فرد تعیین تا مشکلی جهت تصمیم گیری رخ ندهد.

تعیین داور: بعد از اینکه تصمیم به ارجاع اختلاف به داوری گرفته شد گام بزرگ دیگری که باید در طرف قرارداد تعیین داور است. شما می توانید یکی از راه هایی را که در ادامه توضیح داده می شود، برای تعیین داور انتخاب کنید: ۱- تعیین داور توسط اصحاب دعوا؛ منطقی ترین راه این است که دو طرف داوری را داوران خود را قبل یا بعد از بروز اختلاف تعیین کنند. تعیین داور توسط اصحاب دعوا ممکن است در موافقت نامه داوری یا در توافق جداگانه ای انجام شود و نیز می توانند به طور ضمنی مورد توافق قرار گیرد. ۲- تعیین داور توسط شخص ثالث؛ ممکن است دو طرف توافقنامه دوری شخص معتمدی را انتخاب و وظیفه تعیین داور را به او محول کنند. این شخص ممکن است حقیقی یا حقوقی باشد. یعنی حتی می توان وظیفه تعیین داور را به یک شرکت یا سازمان داد. شخص ثالثی که داور را تعیین می کند، باید تمامی شرایطی را که طرفین در موافقت نامه داوری برای تعیین داور مقرر داشته اند، رعایت کنند و مقررات مربوط به ممنوعیت از داوری را نیز مورد توجه قرار دهند. ۳- تعیین داور توسط دادگاه: معمولاً زمانی که داوری یا داوران به هیچ یک از دو طریق بالا تعیین نشوند دادگاه کار تعیین داور را به هر عهده می گیرد؛ اما ممکن است طرفین این وظیفه را صریحاً به دادگاه واگذار کنند؛ بنابراین چند روش در این خصوص وجود دارد: واگذاری صرح طرفین: ماده ۲۵۵ قانون آیین دادرسی مدنی در کلیه موارد رجوع به داور، به طرفین اجازه داده است که به انتخاب داوری یا داوران بپردازند. توافق نکردن طرفین در تعیین داور: زمانی که دو طرف متعهد شده اند شخصی را به عنوان داور تعیین کنند اما به این تعهد خود عمل نکرده اند، یک از طرفین می تواند شخصی را به عنوان داور تعیین و بوسه اظهارنامه به طرف مقابل اعلام دارد و از او بخواهد که نظر خود را در مورد داور واحد ظرف ۱۰ روز از تاریخ ابلاغ اظهارنامه اعلام دارد. اگر در مهلت مقرر اقدامی به عمل نیاید ذی نفع می تواند برای تعیین داور به دادگاه مراجعه نماید. تعیین جانبین داور منتهی: منظور از داور منتهی داوری است که از داوری امتناع کرده است، خواه استعفا داده یا دو بار بقتل سر هم در جلسه دادرسی حاضر نشده است یا اینکه حاضر شده و از رای دادن خودداری می کند. در چنین وضعی اگر بین دو داور دیگر در صدور رای اختلاف حاصل شود دادگاه به دعوی داور مزبور طرف ده روز صدور دیگری را به قید قرعه انتخاب می کند. خودداری شخص ثالث از تعیین داور: کتیبی که یکی از راه های تعیین داور این است که شخص ثالثی که مورد اطمنان است را مأمور بپردازد؛ اما این کار در سهرایی هم دارد مثلاً ممکن است شخصی ثالث این تکلیف را انجام ندهد؛ در این صورت هر یک از طرفین می توانند شخصی را به عنوان داور تعیین و بوسه اظهارنامه به طرف مقابل اعلام دارد و از او بخواهد که نظر خود را در مورد داور واحد ظرف ۱۰ روز از تاریخ ابلاغ اظهارنامه اعلام دارد. اگر در مهلت مقرر اقدامی به عمل نیاید ذی نفع می تواند برای تعیین داور به دادگاه مراجعه کند.



رو به تأسیس این دانشگاه آورده اند. ای کاش این دوستان برای حفظ جایگاه و موقعیت خویش، از جنبش خودشان هزینه می کردند و به نوعی چشم به بودجه عمومی و کشور نداشتند. هزار میلیارد تومانی، مبلغ ۵۰ میلیارد تومان درخواستی بقایای برای دانشگاه ایرانیان، ناچیز و کم است، اما از قدیم گفته اند اندک اندک جمع گردد وانگهی دریا باشد. عدم توجه و در نظر گرفتن همین اصل هم باعث شد که در دوره طلایی احمدی نژاد، این چنین بریز و بپاش هایی توسط دولتی ها و برخی از نزدیکان به دولت و امثالهم صورت بگیرد تا در دوره طلایی دلارهای نفتی امروز کمبود بودجه باعث طرح سیاست های ریاضت طلبانه اقتصادی گردد. البته در مورد این بریز و بپاش های دولتمردان نهسی و دهی، مشکل تنها

فضای سیاسی از چند صدایی و فعالیت گروه های مختلف حمایت می کنند، اما چرا باند بقایای احمدی نژاد می خواهند با بودجه عمومی و صرف مبالغ هنگفت، حضور خود را در قالب دانشگاه ایرانیان حفظ کنند؟ مسأله جایگاه شدن ۱۶ میلیارد تومان و یا بهتر بگوییم اختصاص این مبلغ در روز پایانی کار دولت احمدی نژاد، یکی از مواردی است که این آقایان برای رسیدن به اهداف خود با آن سود برده اند. هر چند که این مبلغ با پیگیری هایی که صورت گرفت، اعلا شد که به دولت و حساب مردم برگرداند شد. اما آنچه از این اقدام نتیجه گرفته می شود، این است که مجموعه دولت نهم و دهم از هیچ و نپوش و نپوشد، دهم از صحنه بودن روند دروغ کاری برای می بیند که با تا و ترفوت و ریاضت طلبانه اقتصادی کرده. البته در مورد این بریز و بپاش های دولتمردان نهسی و دهی، مشکل تنها



شده ایشان از قدرت اجرایی، بحث گرفتن پول از دولت روحانی جدی تر گردید. حال که اعلام شده ۲ ماه از تقاضای بقایای و درخواست ایشان گذشته است، به راحتی می توان دریافت که از نخستین ساعات و روز کاری روحانی، اولین درخواست این گروه دریافت پول از دولت با زدهم بوده است. در تهران و چندین ساختمان و قطعه زمین در دیگر نقاط برای ایجاد و ساخت شعبه های دانشگاه ایرانیان را داشته اند. آن هم مناطقی که بسیار گران و خوش منظره و ... هستند. به هر حال رد تقاضای وی و با تأخیر و بازنگری آن از سوی دولت روحانی، بیانگر غیرضروری و عدم اولویت داشتن این تقاضا است. ای کاش بقایای و دوستانش کمی بعد از هشت سال به فکر اوضاع بد اقتصادی کشور و کمبودهای مردم در عرصه تأمین دارو و مایحتاج عمومی و آمار بالای بیکاری تورم و بیکاری و ورور هستیم و در این برهه از زمان، حفظ جایگاه علمی و معرفتی دانشگاه های دولتی و آزاد و وابسته به دولت، برای رضایت اهل علم و دانشجویی و توسعه علمی کشور کافیت، اما همان طور که قبلاً اشاره گردید، این آقایان برای حفظ حضور خود و مطرح بودن و مطرح ماندن، به تهران و چندین ساختمان و قطعه زمین در دیگر نقاط برای ایجاد و ساخت شعبه های دانشگاه ایرانیان را داشته اند. آن هم مناطقی که بسیار گران و خوش منظره و ... هستند.



شده ایشان از قدرت اجرایی، بحث گرفتن پول از دولت روحانی جدی تر گردید. حال که اعلام شده ۲ ماه از تقاضای بقایای و درخواست ایشان گذشته است، به راحتی می توان دریافت که از نخستین ساعات و روز کاری روحانی، اولین درخواست این گروه دریافت پول از دولت با زدهم بوده است. در تهران و چندین ساختمان و قطعه زمین در دیگر نقاط برای ایجاد و ساخت شعبه های دانشگاه ایرانیان را داشته اند. آن هم مناطقی که بسیار گران و خوش منظره و ... هستند.

شده ایشان از قدرت اجرایی، بحث گرفتن پول از دولت روحانی جدی تر گردید. حال که اعلام شده ۲ ماه از تقاضای بقایای و درخواست ایشان گذشته است، به راحتی می توان دریافت که از نخستین ساعات و روز کاری روحانی، اولین درخواست این گروه دریافت پول از دولت با زدهم بوده است. در تهران و چندین ساختمان و قطعه زمین در دیگر نقاط برای ایجاد و ساخت شعبه های دانشگاه ایرانیان را داشته اند. آن هم مناطقی که بسیار گران و خوش منظره و ... هستند.

وقتی واژه کم می آوریم

صدای بوق های با اضطرار تلفن. انتظار برای این که فرد عزادار که داغ سنگین در گذشت پدر، مادر، خواهر، برادر، همسر یا عزیز دیگری را در دل دارد، بگوشی تلفن را بردارد و تو به او زنگ زده ای تا غمش را تسلی بدهی و به او بگویی مرا هم در این اندوه شریک خود بدان.



جملات را در ذهنت می چینی. در حالی که هنوز بوق های انتظار ادامه دارد یا خودت فکر می کنی، اگر این اتفاق برای تو رخ بدهد، چی؟ با خودت فکر می کنی چقدر سنگین است؟

با خودت فکر می کنی آیا اصلاً توان برداشتن تلفن را فرد آن سوی خط دارد یا نه؟ با خودت فکر می کنی که چه جملاتی برای تسلیابی بگویی. ناگهان صدایی می گوید: الو. سلام می کنی و بعد می گویی: تسلیت می گویم. می گوید ممنون که تماس گرفتی، دیگر هیچ جمله ای نمی آید. دیگر حرفت تمام می شود. انگار دیگر هیچ جمله ای نیست که بخوای برای ابراز همدردی بگویی. چه چیزی می خواهی بگویی؟ این که غم آخرت باشد؟ یعنی خدای نکرده، بعد از فوت عزیزت، دیگر هیچ غمی نبیند، مگر می شود؟ یعنی فرد بعدی که می میرد، خودش باشد؟ می خواهی بگویی خاک آن مرحوم بقایای عمر شما؟ از این جمله هم صرف نظر می کنی. انگار که کلیشه ای به نظرت می رسد، چرا که آن قدر این جملات را برای صاحب عزرا تکرار کرده اند که تاثیر، نفوذ و آرامشی برای شونده در بی ندارد. حالا از آن طرف، می خواهی تبریک عروسی بگویی: ان شاءالله خوشبخت شود، پیوندتان مبارک یا به قول بزرگ ترها، به پای هم می شویند؛ چه جمله دیگری می توانی بجان کسی تا عمق احساسات را از خوشحالی برای آن دوست ابراز کنی و کلیشه ای و از پیش تعیین شده نباشد؟ واقعیت این است که زبان و ادبیات فارسی با آن همه غنا، سابقه و قدمت در حوزه تبریک و تسلیت در دوره معاصر به تکراری عجیب مبتلا شده است.

ادبیات فارسی که توانسته با اشعار شاعران بزرگ ایران زمین از برترین و جزئی ترین احساسات و حالات بشری سخن گوید، آن قدر در روزگار ما پرورانه نشده است تا دایره وسیعی و از زبان و جملات را برای یک تبریک و تسلیت ساده اما دلنشین در اختیارمان قرار دهد. این بحث می تواند به عنوان یک موضوع پژوهشی جدی مطرح شود تا پژوهشگران و دست اندر کاران زبان و ادبیات فارسی تمهیدی بیندیشند که چرا زبانی با این قدمت و پویایی نتوانسته در چنین موضوع کاربردی و فراگیری زایش داشته باشد.

به مناسبت ۲۳ مهر ماه روز ملی مبارزه با سل

مناسب مانند ابتلا به بیماریهایی که منجر به ضعف سیستم ایمنی می شوند مجدداً فعال شده و ایجاد بیماری می کند. پس سل خارج ریوی چگونه بوجود می آید؟ میکروب سل پس از ورود به ریه و ایجاد ضایعه اولیه می تواند از طریق جریان خون، غروق لنفاوی و یا به علت مجاورت اعضاء به دیگر قسمتهای بدن منتشر شده و سایر ارگانها را مبتلا سازد.



بسته به عضو درگیر می تواند متفاوت باشد. علائم عمومی در انواع سل ریوی و خارج ریوی عبارتند از: تب، کاهش اشتها، کاهش وزن، ضعف عمومی و بی حالی، تعریق شبانه و خستگی زودرس. در سل ریوی که بیش از ۸۰٪ موارد سل را تشکیل می دهد شایعترین علامت، سرفه پایدار ۲ هفته یا بیشتر معمولاً همراه با خلط و گاه خلط خونی است و ممکن است تنگی نفس و درد قفسه سینه نیز وجود داشته باشد. در سل خارج ریوی هر عضوی از بدن مبتلا باشد در سل خاص خود را بروز می دهد. به طور مثال در سل ستون فقرات بیماری به شکل دردکمرد و گاه تغییر شکل استخوانی در عکس رادیوگرافی بروز می کند و یا سل اندامهای تراسدی به شکل نازایی و سل روده ها به شکل مشکلات گوارشی می تواند ظاهر باشد. روش تشخیص این بیماری چیست؟ اولین روش

فروش ویژه تبلت های سامسونگ Galaxy Tab2 P3100

- ✓ شبکه Wifi و بلوتوث
- ✓ قابلیت اتصال سیم کارت
- ✓ سیستم عامل اندروید ۴.۱
- ✓ ساخت کره
- ✓ پردازنده یک گیگاهرتزی
- ✓ ۱۸ گیگابایت حافظه
- ✓ دوربین ۳.۲ مگا پیکسل
- ✓ قابلیت اتصال از طریق USB

۷ اینچ: فقط ۶۵۰ هزار تومان / ۱۰ اینچ: فقط ۷۲۵ هزار تومان

تلفن: ۰۲۱۱ ۲۳۵۹۶۷۲ / ۰۲۱۳۱۰۵۵۲۵ / ۰۹۱۷۳۱۰۹۱۲۳۳۶۷۲۴۳۳۶

گوجه فرنگی پودری، پوستکنده یا ربی؟

چرا برخی رب های گوجه فرنگی قرمز خوشرنگ، اما برخی قرمز کمرنگ است؟ این صحت دارد که می گویند هر چه رب قرمزتر باشد ارزش تغذیه ای آن بیشتر است؟ آیا به رب گوجه فرنگی رنگی مواد نگهدارنده می افزایند؟ گوجه فرنگی پوست کنده کسروی بهتر است یا رب و پودر آن؟

رب رب قرمز رنگی طبیعی نیست
گوجه فرنگی انواع زیادی دارد، اما آنها که برای تولید رب مورد استفاده قرار می گیرند به دو گروه گرد و گلابی شکل تقسیم می شود. گوجه فرنگی های گرد همان گونه که در بازار هم می بینیم معمولاً آبی، گوشتی، قرمز رنگ، بدون هسته و خوش طعم است، اما گوجه فرنگی های گلابی شکل بافت سفت، کم گوشت، بی رنگ و رسیدگی کمی دارد. حال اگر در فصل تهیه رب، گوجه فرنگی گرد در دسترس نباشد، تولیدکننده از آن رب بی مثالی تهیه می کند، اما اگر رب از گوجه های گلابی شکل تهیه شود، رنگی روشن و طعمی نه چندان خوشایند دارد و این نشان دهنده کیفیت پایین یا نارس بودن گوجه است که اگر رب با گوجه های نارس تهیه شده باشد، احتمال وجود سمی به نام سولانین در آن زیاد است که البته در رب های صنعتی میزان این سم کنترل می شود، اما این را هم بدانید برخی تولیدکنندگان غیرمتمدن برای خوش آب و رنگ کردن رب از داوری سنتزی استفاده می کنند که محصول با وجود رنگ قرمز بیشتر بی مزه بود و این یکی از ماک های تشخیص تقلبی بودن آن است.

رب کم ویتامین، اما ضدسرطان
لیکوپن نوعی آنتی اکسیدان و ترکیبی ضدسرطان و کاهنده بیماری های قلبی و پیری زودرس است که مسئول ایجاد رنگ قرمز در گوجه فرنگی است. معمولاً این رنگدانه زمانی که در جریان فرآوری رب فرزند می بیند، بیشترین تاثیر را پیدا کرده و قابلیت جذب آن در بدن بالا می رود، اما به دلیل همین گرما و حرارت تا حد زیادی ویتامین ها و بویژه ویتامین C و اسید فولیک رب تخریب می شود. در نتیجه لیکوپن و خاصیت ضدسرطانی رب بیشتر، ولی ویتامین های آن کمتر از گوجه فرنگی تازه است و هر چه رنگ رب به رنگ قرمز گوجه نزدیک تر باشد خاصیت آنتی اکسیدانی بیشتری دارد.

گوجه فرنگی پوست کنده بهتر است
اما درباره گوجه فرنگی های پوست کنده کسروی و پودر گوجه موجود در بازار باید بدانید گوجه فرنگی های آب پز کسروی، گوجه های پوست کنده و کمی حرارت دیده هستند که در آب و نمک نگهداری و تا حد زیادی خواص گوجه فرنگی تازه بجز ویتامین C داشته و از رب مفدی تر است. پودر گوجه نیز از خشک کردن کنسانتره تغلیظ شده آب گوجه در دمای بالا یا پایین تهیه می شود و مصرف اولیه آن در سوپ گوجه است و در مقایسه با رب و گوجه کسروی ویتامین کمتری دارد، اما می توان روی خاصیت ضدسرطانی و آنتی اکسیدانی آن حساب کرد؛ ولی اگر هدف جذب ویتامین C است چه بهتر آن که از گوجه تازه یا آب آن استفاده کنید. این را هم بدانید رب های صنعتی با داشتن مواد نگهدارنده زود کپک می زند؛ بنابراین رب را داخل ظروف شیشه ای دردار نگهدارید و یک لای روغن مایع به سطح آن بمالید تا عمل اکسیدان رسانی متوقف و از تشکیل کپک جلوگیری شود و سرانجام محصول را داخل فریزر قرار دهید.

فروش ویژه تبلت های سامسونگ Galaxy Tab2 P3100

- ✓ شبکه Wifi و بلوتوث
- ✓ قابلیت اتصال سیم کارت
- ✓ سیستم عامل اندروید ۴.۱
- ✓ ساخت کره
- ✓ پردازنده یک گیگاهرتزی
- ✓ ۱۸ گیگابایت حافظه
- ✓ دوربین ۳.۲ مگا پیکسل
- ✓ قابلیت اتصال از طریق USB

۷ اینچ: فقط ۶۵۰ هزار تومان / ۱۰ اینچ: فقط ۷۲۵ هزار تومان

تلفن: ۰۲۱۱ ۲۳۵۹۶۷۲ / ۰۲۱۳۱۰۵۵۲۵ / ۰۹۱۷۳۱۰۹۱۲۳۳۶۷۲۴۳۳۶