



# البحار والموارد البحرية



هناك الكثير من التلوث في البحار. ففي المحيط الهادئ، تم تشكيل قارة بأكملها مصنوعة من البلاستيك. هناك أيضاً الكثير من البلاستيك في بحر البلطيق. وتناقصت أعداد الأسماك أكثر وأكثر. فالبحار تعاني من وضع سيء. نحن البشر بحاجة إلى شحذ أنفسنا!

لقد حان الوقت لنتعلم كيف يمكننا الحفاظ على البحار والمحيطات والموارد البحرية واستخدامها بطريقة لا تجعل البحار بحالة أسوأ.

هناك باحثون بدأوا في زراعة الطحالب في المحيطات، كزراعة الحقول، ولكن في البحر. ويمكن استخدام الطحالب في الغذاء، وصناعة البطاريات منها، أو الغاز الحيوي أو البلاستيك القابل للتحلل. يمكن أن يكون مورداً رائعاً.

الرسوم التوضيحية: سيلفي ستارند

## طحالب في الطبق؟ جربها - إنها أسماك جميلة!

ومن بين الموارد البحرية الملح والطحالب والأسماك. إذا قمت بإضافة الملح إلى الأسماك الطازجة أو الخيار فإنه يحدث تناسخ. ففي خلايا الخيار أو السمك يوجد الماء والملح. يوجد في الخارج أيضاً ماء وملح ولكن كمية الملح أكبر بكثير مما هو داخل الخلايا. ثم يخرج الماء من الخلايا لتحقيق المساواة في الملوحة. وتتجدر الإشارة إلى أن الخلية تسعى للحصول على نفس درجة الملوحة خارج الخلية وداخلها. والنتيجة هي سمكة مملحة أو مخللة اعتماداً على كمية الملح والسكر الموجودة في الوصفة. وتصبح كمية الماء في الخيار أقل سيلوله ويمكن

### سمك السالمون المملح

800 غرام من سمك السالمون الطازج المقطع (بقشرته)

1 ½ ديسيلتر ملح

¾ ديسيلتر من السكر الحبيبي

اخلط الملح والسكر وافركهما على جنبي السالمون.

ضع السالمون على الجانب الخالي من الجلد لأسفل في وعاء الطبخ.

غطي السالمون واتركه في الثلاجة لمدة 2 – 3 أيام.

قم بتقطيع السالمون إلى شرائح رفيعة بسكين حاد.

### تزاريكي

2 ديسيلتر من الزبادي السادة على سبيل المثال الزبادي اليوناني أو التركي.

1/2 حبة خيار

1/2 ملعقة صغيرة ملح

1 فص ثوم

1 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون

قم بغسل حبة الخيار وقم بتقشيرها على أحسن جانب من المبشرة. قم بوضع ذلك في

مصفاة ورش قليل من الملح عليه.

اتركه لتصفية الماء لمدة 30 دقيقة. قم بالضغط بيديك لإخراج العصير.

قم بخلط الزبادي والثوم المهروس وال الخيار المبشور وزيت الزيتون.



*Tom Tits Experiment*