

HAYAT ve SIHAT

Kimyonlu köfte...

Kimyonlu köftenin köftesi, kıymadan yapıldığı için et yemeklerinden sayılmazsa da kimyonu bu yaz mevsiminde hatıra getirilecek bir şeydir.

Eski zamanlarda insanların çok yemeğe kudretleri varken birçoğu iştahının azlığından şikâyet eder, kimyon iştahı arttırdığı için çok yemek sevenlerin nazarında makbul tutulurdu. Kimyonun biraz da, midedeki gazları çekmek hassası olduğundan, çok yedirdikten başka çok yemeden gelecek gaz sıkıntısının da önüne geçer, derlerdi. Ondan dolayı kimyonlu köfte, baş yemek olarak, şimdiki çerezler gibi hoş giderdi.

Çok yemek, çoktanberi, israf sayıldığından keseleri dolgun, iştahları yolunda olan mide sevenler bile bir et, bir sebze, bir de tatlı ile iktifa ediyorlar. Onun için, zaten kapalı olmanın iştahı açmak için kimyonlu köfte pek de hatıra gelmiyor. Kış ve yaz, iştahları yolunda bulunanlar için kimyonlu köfte pek de hatıra gelmiyor. Kış ve yaz iştahları yolunda bulunanlar için kimyonun unutulmuş olmasına bir şey denilemez.

Fakat yaz mevsimi birçoklarının iştahını azaltır, midelerini gevşetir, hazımlarını geciktirir. Hazım gecikince de mideye gazlar çoğalır, insanı rahatsız eder. Ondan dolayı sıcak mevsimde öğle yemeğinden sonra uyumayı sevenler çoğalır. Yemekten sonra uyumak hazımı kolaylaştırır da iş sahiplerinin öğle yemeğinden sonra uyumaya vakitleri olmaz. O halde kimyonu hatırlayalım. Kimyonu yalnız cızız küftesiyle yemek mutlak şart değildir. Küfte, yumuşak bir yemek olmakla beraber, mideye geç hazmedildiğinden ve etin terkindeki aminli asitler yağla birlikte karmakarışık olduğundan bir işe yarayacağı pek şüphelidir. Fakat kimyon et yemeklerinin hepsine yakışır. Sebze yemeklerine kimyon katmaya bir mâni yoktur. Peynir yemeyi en iyi bilen İngilizler ve felemenkiler peynirlerine bile kimyon karıştırırlar. Cava adalarında kimyonun pastalara da karıştırıldığı rivayet edilir. Almanlar

ın iştaha açmak için içmeyi sevdiği kimonel liköründe de kimyon bulunduğunu duymuş olmasanız bile likörün adından da anıyabilirsiniz.

Kimyonun adını pirimiz İpokrat hekim koymuş olduğundan hekimlikte daima itibar görmüştür. Kimyon büyük üstadın zamanından daha önce, eski Mısır'dan getirilirse de eski adı kaybolmuş ve İpokratın sonra her dilde kimyona az çok benzeyen bir kelime ile ifade edilmiştir. Bizim Adana taraflarında, eski zamanda meşhur Anazarba şehrinde büyük hekim de onu kimyon adıyla sena etmiştir. Yalnız, kimyonu çok ekip yetiştiren Malta adaları onun adını değiştirerek acı tane demişlerdir.

Kimyon güneşi kızgın memleketlerin mahsulü olduğundan onun tazesinde haylice vitamin de bulunsa gerektir. Fakat onu yetiştiren memleketlerde vitaminleri ölçmek âdet olmadığından, kurusunu tetkik eden memleketlerde kimyonun terkinde ancak C vitamini bulunmuştur. Kimyon insana iştaha ve mide sine kuvvet verdikten sonra kemiklerine ve dişlerine de faydalı olması azıksanılacak bir hizmet değildir.

Zaten kimyonun faydaları bu kadarla da kalmaz. Kimyon genç kızların o günlerini düzeltmekle de şöret almıştır. Vaktiyle hekimler sancı çeken genç kızlara kimyonlu köfte yedirirlerken, cızız küftesi kan yapar derlerse de kimyonun bu türlü hassasını da, söylemeden, kendi kendilerine hatıra getirirlerdi...

Bazı memleketlerde keçilerin südü herhangi bir sebepten dolayı azaldığı vakit onlara kimyon yedirildiği için, birkaç hekim, südü azalan emzikli kadımlara da kimyon yedirmişler ve söylediklerine baktırlarsa bu tecrübeye aldanmamışlardır.

Baş ağrısına karşı, şimdiki gibi, hazır ilaçlar bulunmadığı zamanlarda kimyondan bir de kokulu yağ çıkarılır ve onunla hem baş ağrısı, hem de diş ağrılarını teskin ederlerdi...

G. A.

İstanbul bölgesi atletizm birincilikleri finali dün yapıldı

İstanbul, 13 a.s. — Mintaka atletizm birincilikleri finali bugün Kadıköyünde Fenerbahçe stadında yapıldı.

Alınan teknik neticeler şunlardır:

400 manlalı: birinci Cemal 62,4, ikinci Ferit.

Yüksek: birinci Jeba 1,70, ikinci Muammer.

Uzun: birinci Caroğlu 6,29, ikinci Muammer.

100 metre: birinci Muzaffer 11,4, ikinci Cezmi.

800 metre: birinci Rıza Maksut 2,5, ikinci Veli Demir.

4 x 100 bayrak: birinci Galatasaray takımı.

110 manlalı: birinci Yavru 17,8, ikinci Südi.

1500 metre: birinci Rıza Maksut 4,31,8, ikinci Veli Demir.

400 metre: birinci Sikoç Maro 53,7, ikinci Ancus.

200 metre: birinci Muzaffer 23, ikinci Cezmi.

Üç adım: birinci Yavru 13,47, ikinci Abdürrahman.

10.000: birinci Eref 33,46,2, ikinci Cans.

Üçüncü Fenerbahçeden Maratoncu Hakkı Erte.

Disk: birinci Veysil 39,29, ikinci Yavru.

Gülle: birinci Mehmet 11,82, ikinci Serif.

Çirit: birinci Vahit 52,11, ikinci Serif.

Çekic: birinci Kroytezer 25,10, ikinci A. İltattin.

Sırık: birinci Fahrettin 3,51, ikinci Hisaropolos.

Balkan bayrak: birinci Fenerbahçe, ikinci Galatasaray.

Bu müsabakalarda bilhassa beden terbiyesi öğretmeni Bayan Jale'nin Beyoğlu Halk evinde yetiştirdiği genç kız atletlerimizin çok büyük başarılar gösterdikleri göze çarpmaktadır.

Müsabakalar baştan sonra kadar intizam dahilinde cereyan etmiştir.

Elâzığ'da mükellefler için

bir beden terbiyesi kursu açıldı

Elâzığ, (Hususî) — Elâzığ izcilik, jimnastik ve su sporları, dağcılık ve kış sporları ajanlıklarının müştereken hazırladıkları faaliyet programı tabiatından olmak üzere bugün Elâzığ'a 60 Km. mesafede Hazargöl ve dağ eteğinde Kürk'te bir spor rehberi kursu ve kampı açılmıştır.

Kursa Harput nahiyesi Hugu köyü başkanları ile Elâzığ gençlik kulübü mükelleflerini başlatmışlardır. Kursta beden terbiyesi kanunu tabiatı ile mükelleflerin mecburi hareketleri etrafında amelî ve nazari tedrisatta bulunulacaktır.

İstanbul'da yapılan kayak yarışlarında

G. Saray birinci, Beykoz ikinci Fener üçüncü oldu

Kulüpler arasındaki kayak yarışlarına bugün de Bebekte devam edilmiştir:

Tek çift müptediler arasında: 1. — Galatasaray, 2. — Beykoz.

İki çift müptediler arasında: 1. — Galatasaray, 2. — Beykoz.

Tek çift bayanlar arasında: 1. — Galatasaray, 2. — Fenerbahçe.

İki çift bayanlar arasında: 1. — Galatasaray.

Dört tek müptediler arasında: 1. — Galatasaray, 2. — Anadolu kulübü.

Dört tek bayanlar arasında: 1. — Galatasaray, 2. — Fenerbahçe.

Tek çift kademli: 1. — Galatasaray, 2. — Beykoz ve Fenerbahçe.

İki çift kademli: 1. — Galatasaray, 2. — Beykoz.

Dört tek kademli: 1. — Galatasaray, 2. — Beykoz, 3. — Fenerbahçe.

Netice: Galatasaray 30 puanla birinci, Beykoz 16 puanla ikinci, Fenerbahçe 4 puanla üçüncü, Anadolu kulübü 3 puanla dördüncü, Beylerbeyi 1 puanla beşinci.

Bayanlar arasındaki netice: Galatasaray 15 puanla birinci, Fenerbahçe 8 puanla ikinci. Erkekler ve bayanlarda birinci gelen Galatasaray takımına kupa verilmiştir.

Asım Süreyya İloğlu Azamî fiyat mevzuu Etrafında tetkikler Yeni çıktı Akba Kitabevinde

BUGÜN

ULUS Sinemasında

İki film birden

14.30 - 17.30 da

1 — Madam Bovari

(Pola Negri)

16 - 19 da

2 — Düşman maskesi altında

(Dolores Delrio)

Gece 21 de

Madam Bovari



İzmir - Trabzon maçından bir görünüş

S P O R

Türkiye futbol birincilik müsabakalarına dün de devam edildi

Altay (İzmir) Trabzon İdman ocağını 3-1 mağlûp etti

Beşiktaş E. Demirspor'u 4-0 yendi

Milli küme kupası dün merasimle Beşiktaş'a verildi

Dün Türkiye futbol birinciliği müsabakalarına 19 Mayıs stadyumunda devam edildi. Öğle üzeri birdenbire bastıran dolu ile karışık yağmur tenis meraklılarını her ne kadar yese garketti işe de futbol heveskârlarını oldukça memnun bıraktı. 19 Mayıs stadyomu kendini tekrar gösteren güneşle büsbütün yeşermiş, rüzgârsız ve serinleyen hava futbol için en müsait şartları hazırlamıştı.

Önce Trabzon (İdman Ocağı) ile İzmir (Altay) karşılaştılar. İlk dakikalardan itibaren Trabzon'un atılğan, enerjik, uzun paslı bir oyununa şahit olduk. Açıklarla oynayan Trabzonlular birkaç dakika müddetle bir baskı temin etmiş muvaffak oldular. 4 üncü dakikada tehlikeli olan bir Altay hücumunda top direğe çarparak geri geldi ise de ikinci bir vuruşla dışarı çıktı. Bundan sonra Trabzon muhacimleri tekrar hücumla geçtiler. Fakat tecrübesizlikleri ve kale önlerinde tereddüde kapılmaları yüzünden zuhur eden fırsatların hepsini kaçırdılar. Bu arada İzmir kalesine tevallî eden kornerlerden de bir netice alamadılar. Fakat şurasını kaydetmek lâzım ki Trabzonlular kornerleri gayet ustalıkla çekiyorlar...

33 üncü dakikada bir ileri pasını gayet iyi kullanan Saim Altay'ın ilk golünü attı. Devrenin geri kalan kısmı mütevazın bir mücadele ile geçti.

İkinci devre

İkinci devrenin ilk on dakikası İzmirliğin baskısı altında cereyan etti. Bundan sonra Trabzonlular tekrar hâkimiyeti ele aldılar. Fakat çalışmalarının bir semeresine şahit olmuyoruz. Üstüste kaçırıldıkları muazzam fırsatlar seyircilerin hem tenkit, hem de merhametlerini celbediyor... Buna mukabil rakiplerine nazaran çok tecrübeli olan İzmirli ele geçirdikleri fırsatları gayet iyi kullanmasını bildiler.

22 inci dakikada nefis bir Altay hücumunda Saim ikinci sayıyı, arkasından üçüncü sayıyı yaptı.

Bu golün hemen arkasından Trabzon orta muhacimi güzel bir şütle takımının şeref sayısını çıkardı. Bundan sonra asabileşen Trabzonlular arasında anarşi âlâmetleri gözükmiye başladı. Bu arada dürüst olmayan bazı hareketlerde bulundularsa da bu mesele üzerinde durmayacağız.

Maç 3 - 1 Altay'ın lehine bitti. Trabzonluların iyi bir sistemleri olmakla beraber, top kontrolleri çok zayıftır. Muvaffak olabilmek için bu gediklerini kapamaları lâzımdır.

Altay için söylenecek pek fazla bir sözümüz yoktur. Bu takım dün her zamanki oyunlarından birini oynadı. Rakibine nazaran daha tecrübeli ve bilgili olduğu görülmüştür. Hakem oyunu iyi idare etti.



İstanbul şampiyonu Beşiktaş takımı



İzmir şampiyonu Altay takımı



Trabzon şampiyonu İdman Ocağı takımı

Beşiktaş - Demirspor karşılaşması

Bu maçtan evel şeref tribünü önünde yer alan İstanbul ve millî küme şampiyonu Beşiktaş takımına merasimle millî küme kupası verildi. Bu nu müteakip 18.45 te başlayan oyun başlaması ile birlikte Beşiktaş'ın hâkimiyeti altına girdi. Her iki taraf da güzel oynuyor. 5 inci dakikada Beşiktaş sol açığı kafa ile takımına ilk sayıyı kazandırdı.

20 inci dakikada Demirspor beki kalesine girmekte olan topu el ile tuttu... Penaltı... Hakkı ikinci golü atıyor. Üç dakika sonra kornerden Hakkı üçüncü golü atıyor.

Bu gollere rağmen Demirspor aksamâ alâmetleri görmüyoruz. Bilhassa İskender'den işliyen Demirsporlular sık sık karşı kaleye indilerse de netice alamadılar. Bunda Mehmet Ali'nin rolünü de itiraf etmek lâzımdır.

İkinci devre boyunca Beşiktaşlılar bozuk, Demirspor müessir ve hâkim bir oyun çıkardılar. Fakat üst takım Eskişehirli gençlerin yüzde yüz gol olabilecek hücumlarını bertaraf etmiş muvaffak oldu, üstelik 32 inci dakikada Şeref'in ayağı ile bir gol

daha yaparak sahadan 4 - 0 galip ayrıldı.

Bugünkü maç

Bugün 18.30 da 19 Mayıs stadyumunda Türkiye Futbol birinciliği müsabakalarının döminefiali yapılmaktadır. Maç Ankara (Gençlerbirliği) ile İzmir (Altay) takımları arasında olacaktır.



Millî Küme birincisi Beşiktaş'a şampiyonluk kupası verilirken

RADYO

Türkiye Radyo Difüzyon Postaları

TÜRKİYE Radyosu ANKARA Radyosu

— Dalga Uzunluğu —

1648 M. 182 Kc/s. 120 Kw.

31.7 M. 9465 Kc/s. 20 Kw. T. A. P.

19.74 M.15194 Kc/s. 20 Kw. T. A. Q.

PAZARTESİ, 14. 7. 1941

7.30 Program ve memleket saat ayarı

7.33 Müzik: hafif parçalar (Pl.)

7.45 Ajans haberleri.

8.00 Müzik: hafif parçalar programının devamı.

8.30/

8.45 Evin saati.

12.30 Program ve memleket saat ayarı

12.33 Müzik: saz eserleri.

12.45 Ajans haberleri.

13.00 Müzik: şarkı ve türküler.

13.15/

14.00 Müzik: karışık program (Pl.)

18.00 Program ve memleket saat ayarı

18.03 Müzik: cazband (Pl.)

18.30 Konuşma: memleket postası.

18.40 Müzik: keman soloları - Cezmi Eriş.

19.00 Konuşma: (Mehmet'in saati).

19.15 Müzik: köy türküleri ve oyunları.

19.30 Memleket saat ayarı ve ajans haberleri.

19.45 Müzik: fasıl sazı.

20.15 Radyo gazetesi.

20.45 Müzik: bir halk türküsü öğreniyorum (haftanın türküsü) türk.

İhtiyatlar silâh silâh çatmış (ah) yolun üstüne.

Nazlı yârim geli-gelivermiş sol dizin üstüne,

Gözüm yaşı durmaz akar gül yüzün üstüne.

O da benim nazlı (da) yârim ne oldu sana?

Şimden sonra haram olsun şu yerler bana.

Çıkayım gideyim be kuzum bir uçtan uca,

Göstereyim sana (da) be kuzum ayrılık nice,

Kurbanlar keseyim be kuzum geldiğin gece,

O da benim nazlı (da) yârim ne oldu sana?

Şimden sonra haram olsun şu yerler bana.

21.00 Ziraat takvimi ve Toprak Mahsul-

leri borsası.

21.10 Müzik: solo şarkılar.

21.25 Konuşma (hoşbeş).

21.45 Müzik: Radyo senfonî orkestrası (Şef: Ernst Praetorius).

1. Mozart: Saraydan kız kaçırma.

2. Hydn: Askerî senfonî.

3. Delibes: Lalme (fantezi).

4. Berlioz: Macar marşı.

22.30 Memleket saat ayarı, ajans haber-

leri; eşam - tahvilât, kambiyo -

nukut borsası (fiyat).

22.45 Müzik: dans müziği (Pl.)

22.55/

23.00 Yarınki program ve kapanış.

İstanbul'da at yarışlarının ilki dün yapıldı

İstanbul, 13 a.s. — Bugün saat 16 da Veliefendi alanında at yarışları'nın birincisi yapılmıştır. Yarışları kesif bir halk kütlesi merakla takip etmiştir.

Yarışların neticeleri şunlardır:

Birinci koşu :

Bu koşuya dört hayvan iştirâk etmiş ve neticede, Prens Halim'in Elhan'ı birinci ve Suat Karaoşman'ın Heves'i ikinci gelmişlerdir.

İkinci koşu :

1600 metre mesafesi olan bu koşuya da beş hayvan iştirâk etmiş ve Hasan Atakuş'un Dandy'si birinci, S. Karaoşman'ın Yatağan'ı ikinci gelmiştir.

Üçüncü koşu :

Mesafesi 1400 metre olan bu koşuya da dört hayvan iştirâk etmiş ve neticede Sait Akşon'un Mihriçan'ı güzel bir yarıştan sonra birinci, Nezir Temizer'in Işık isimli hayvanı ikinci olmuştur.

Dördüncü koşu :

1800 metre mesafeli olan bu koşuya 4 hayvan iştirâk etmiş ve Ahmet Atman'ın Karanfil'i birinci, Fikret Atlı'nın Miss'i ikinci olmuştur.

Beşinci koşu :

Bu koşu bugünkü koşuların en mühimi idi ve ikramiyesi 500 lira idi. Koşuya beş hayvan iştirâk etmiştir.

Çok çetin bir mücadeleden sonra Ahmet Atman'ın Karabiber ismindeki tayı birinci, Fahri Simsaroglu'nun Buket'i ikinciliği ve gene Fahri Simsaroglu'nun Demet'i üçüncü olmuştur.