

<div><div><span><span> </span> <span> </span></span></div><span></span></div>					
<b>خراسان جنوبی</b>					
روزنامه سیاسی، اقتصادی، فرهنگی، اجتماعی					
<span></span>					
دو شنبه <div>۱۵ دی ۱۳۹۹</div>					
۲۰ جمادی‌الاول ۱۴۴۲					
شماره ۳۴۵۹					

<div><div><span><span> </span> <span> </span></span></div><span></span></div>	
<b>یادداشت</b>	
<div><div><span><span> </span> <span> </span></span></div><span></span></div>	
قاسمی	

## کرونا بیدار است، برخورد سخت بگیریم

کرونا می‌رود که به‌یک سالگی برسد، شمع تولد تیر وپروس مخوف با خاموش شدن چراغ زندگی تعداد زیادی از هموطنان و همشهریان همچنان می سوزد. نگاهی گذرا به آمار متوفیان و دوستان و آشنایان این حقیقت تلخ را تأیید می کند که به جز غم و دردناشی از فراق عزیزان، ابتلا به این بیماری پیامدهای زیادی مانند تحمل هزینه به دولت و مردم را به دنبال دارد. از تبعات روحی و جسمی مبتلا شدن به آن هم زیاد گفته و شنیده می‌شود و دولت هم با هدف کاهش ابتلا، محدودیت‌های مختلفی مانند تعطیلی اصناف، دور کاری کارمندان و کاهش تعداد کارکنان، جریمه‌ها، جلوگیری از تردد‌های بین شهری و… اعمال کرد و می‌توان گفت که موفقیت‌هایی هم در این زمینه حاصل شد. با وجود این و اگر چه هر روز آمار ابتلا و فوت‌های ناشی از کرونا در صدر اخبار قرار دارد اما به نظر می‌رسد مردم قدری بی خیال شده‌اند. دوباره آرامستان‌ها شاهد رفت‌وآمد حتی مردمی شده که کرونا قاتل عزیزان بوده است اما باز هم دست بر دار نیستند. روز جمعه که می‌رسد مردم بی توجه به یک ماه قبل و وضعیت فرمز تر ددها راهی بندر و امیرشاه و… می‌شوند. دلتنگی و خستگی های این یک سال قابل قبول است اما نباید فراموش کرد که هر بی توجهی و اهمال کاری دوباره شرایط را به قبل بر می‌گرداند. به نظر می‌رسد بار بی خیالی سنگین تر از گذشته هاست. اتوبوس‌ها شلوغ و رفت و آمدها به بازار عادی شده است، با گذاشتن یک ماسک، فاصله اجتماعی رعایت نمی‌شود، در حالی که کرونا همچنان بیدار و در کمین است. نابودی این بیماری غمی ملی و فراملی می‌تلبد. اگر در هر شهر، استان و کشور ویر وپروس کشنده، ضعیف و نابودشود همان چندر صد وجود آن می‌تواند روزهای قرمز گذشته را تکرار کند. پس باید که حوصله کرد و وضبط و محدودیت‌ها به شدت قیل رعایت شود. اگر باز گشت روزهای خوب گذشته را می‌خواهیم باید برخورد سخت بگیریم.

<div><div><span><span> </span> <span> </span></span></div><span></span></div>	
<b>همسرانه</b>	
<div><div><span><span> </span> <span> </span></span></div><span></span></div>	

## جمله طلایی برای پایان تنش



خاتمه دهید تنش میان خودو همسر تان

جمله طلایی را به زبان بیاورید. آن طور که مشاور و روان شناس خانواده می‌گوید: گاهی زن و شوهر بر سر کوچک ترین مسائل درگیری دارند و کم‌کم گفت‌وگان ساده میان آن‌ها تبدیل به جر و بحث می‌شود، البته وجود اختلاف در زندگی زن‌ناشویی به دلیل تفاوت های زن و مر د، اختلافات در هنگی، پرورش در دو محیط جداگانه و… طبیعی و اجتناب ناپذیر است. به گفته «کشتیان» هنگام دعوا کنترل اعصاب و حفظ آرامش سخت است اما اگر نتوانید این کار را انجام دهید با به کار بردن یک جمله می‌توانید به همسر تان نشان دهید که به حرف های او گوش و نارا حتی اورا در ک می‌کنید. این کار ها به ختم بحث و در گیری منجر می‌شود. هنگام بحث و در گیری بهترین جملاتی که می‌تواند فضا را آرام ساز و بحث را خاتمه دهد بیان جملاتی مانند «می‌فهمم چی میگی» یا «شاید در این مورد حق بات باشه یا هر جمله ای است که به همسر تان بفهماند حرف هایش را می‌شنوید و به احساس او اهمیت می‌دهید. دقت کنید که در بیان این جملات نباید لحن تان تند و پر خاشگرانه باشد. برای خاتمه دادن به بحث ها و تنش ز دایی از در گیری هایتان باید ابتدا کمی آرام شوید و نفس عمیق بکشید.

<div><div><span><span> </span> <span> </span></span></div><span></span></div>	
<b>درد راهروی دادگاه</b>	
<div><div><span><span> </span> <span> </span></span></div><span></span></div>	

### عشق خیابانی

آن روز که با عشق کنار سفره عقد، بله‌را بلند گفت فکرش را هم نمی‌کرد که فقط هشت‌ماه پس از شروع دفتر زندگی مشتر کش بسته‌شود؛ زندگی عاشقانه‌اش به بن‌بست برسد و پله‌های دادگاه را برای خاتمه‌دادن به این زندگی طی کند. حتی عشقش به نفرت بدل شود تا آن جا که برای بستن پرونده زندگی کوتاه‌مستر کش که پس از سه سال دوستی رقم خورده بود حاضر باشد و کیل بگیرد تا چشم در چشم مرز زندگی گذشته‌اش نباشد. «مریم» ۲۳ سال سن دارد که برای مشاوره پیش از طلاق راهی شده است تا اگر بشود سر سازش باز ندی بگیرد. می‌گوید: سه سال در کوچه و خیابان با هم قرار ملاقات می‌گذاشتیم. دور از چشم مادر و چه پدر با تلفن و چه حضوری در گوش یکدیگر حرف‌های عاشقانه می‌گفتمیم. با «کیوان» در دانشگاه آشنا شدیم. به ظاهر همه چیز خوب بود. پس از سه سال تصمیم به ازدواج گرفتیم. بدون مخالفت خانواده‌ها این وصلت شکل گرفت اما هنوز پنج ماه هم نگذشته بود که پنهان‌های کیوان شروع شد و رفت و آمد مرا محدود کرد، حتی تلفن‌هایم را کنترل می‌کرد. کم‌کم بدبینی‌هایش بیشتر شد تا آن جاییش رفت که حق رفت‌وآمد را قایل رانداشتم. نتیمم. رفتن‌بیرون می‌رفتم. تحمل این اوضاع بر ایم سخت بود اما قیل از آن که به من تهمت بزنند همه چیز را تحمل می‌کردم. او ادامه می‌دهد: این اواخر کار به درگیری و ضرب و شتم رسید. وقتی به خانه پدر فتم و با مادر از این ضرب و شتم و بی حرمتی‌ها گفتم او مرا لدعوت به سازش کرد اما وقتی تنش‌های بیشتر شد تصمیم گرفتم تا به مشاور مراجعه کنیم. اما بدبینی های کیوان تمام شدنی نیست. در نهایت تصمیم به طلاق گرفتم و خواستم مهر طلاق بر شناسنامه ام بخورد چرا که برخی حرف‌ها و تهمت‌هایش بر ایم در داو ر است که حتی حاضر نیستم با او چشم در چشم شوم.

## والرهای زرد و سبز

حافظ- خیلی‌ها هنوز چراغ‌های والرزرد و سبز قدیمی را به یاد دارند. بعضی مادر و پدر بزرگ‌ها هنوز هم یکی از آن‌ها را گوشه ریززمین یا انباری خانه قایم کرده‌اند تا بچه‌ها به اسم قدیمی و استفاده نشدن آن را به نمکی نفروشند. همان چراغ‌هایی که با رسیدن سرما از انباری و پستوها بیرون می‌آمد و بوی نفت را حواله‌خانه می‌کرد. اما گاهی صبح تا شب و شب تا صبح روشن بود و چند نوبت پشت نفت در دستان مادر بود که حواله‌اش می‌شد تا فیتله‌اش بی نفتی نسوزد. چراغ می‌سوخت و کنزری آب، چای یا قالمه آبگوشت بود که صبح تا ظهر روی چراغ بار بود. بچه‌ها که از مدرسه می‌رسیدند دوش حلقه می‌زدند و دست و پا هایشان را گرم می‌کردند. گاهی سُرکی به داخل قالمه‌ای می‌کشیدند که بوی آبگوشت آن‌هوش را از سُر می‌برد و بر روی پهن کردن سفره و رسیدن پدر بی تابشان می‌کرد. یادش به خیر روزهای خوبی که تکرار نمی‌شود.

<div><div><span><span> </span> <span> </span></span></div><span></span></div>		<b>صاحب امتیاز:</b> موسسه فرهنگی هنری خراسان
<div><div><span><span> </span> <span> </span></span></div><span></span></div>		<b>مدیر مسئول:</b> محمد سعید احدیان
<div><div><span><span> </span> <span> </span></span></div><span></span></div>		<b>سردبیر:</b> علی ولیزاده

<b>اذان ظهر:</b> ۱۱:۳۸		<b>پایام:</b> ۲۰۰۵۹۹۹
<b>غروب آفتاب:</b> ۱۶:۴۱		<b>سرپرستی استان خراسان جنوبی:</b> بیر جند،خیابان مدرس،خیابان ن‌باهر غربی،شماره۷۷
<b>اذان مغرب:</b> ۱۶:۵۹		<b>مندوق پستی:</b> ۵۱۱-۹۱۷۳۵
<b>اذان صبح فردا:</b> ۵:۱۰		<b>تلفن:</b> ۵۰۰-۳۷۶۳۴۰۵۱
<b>طلوع آفتاب فردا:</b> ۵:۵۶		<b>تلفن سرپرست:</b> ۳۲۴۴۳۹۳۹-۵۶
		<b>تحریریه:</b> ۵۶-۳۲۴۴۸۰۵۵

**پشت صحنه کلاس‌های درس در شاد**

# والدین پشت نیمکت کلاسی های مجازی

**اکبری**
صحنه جالبی است. مادر می‌خواند و می‌نویسد. تمرین‌ها را حل می‌کند. سوالات را دست و پا شکسته، جسته و گریخته پاسخ می‌دهد. عکس می‌گیرد و در شبکه‌شاد برای معلم ارسال می‌کند. معلم پس از بررسی تأیید می‌کند. طی مدت رد و بدل شدن پرسش‌وپاسخ، دانش‌آموز در حال بازی و سرگرم کردن خود با دیگر ابزار کنار دشتش است و گاهی هم غرو لندهای مادر را به جان می‌خرد و با یک لیخند بی خیالی طی می‌کند. البته در کلاس آنلاین معلم در طول هفته شاید یک بار ناشر را در کلاس مجازی بخواند و بخواد که پاسخ سوال را پس از یک دقیقه برایش ارسال کند. دانش‌آموز هم از روی می‌خواند و مادر فایل صوتی را برای معلم می‌فرستد. معلم هم یک آفرین برایش می‌فرستد و در نهایت زنگ تعطیلی برای دانش‌آموز در کلاس آنلاین به صدا در می‌آید اما مادر همچنان درگیر است و می‌خواهد فرمول جدید و به‌روز حل این مسئله را پیدا کند.

<div><div><span><span> </span> <span> </span></span></div><span></span></div>		<b>دفترمرکز کزی:</b> مشهد،بلوار شهید صدق‌ای(سازمان آب)
<div><div><span><span> </span> <span> </span></span></div><span></span></div>		<b>مندوق پستی:</b> ۹۱۷۳۵-۵۱۱
<div><div><span><span> </span> <span> </span></span></div><span></span></div>		<b>تلفن:</b> ۵۰۰-۳۷۶۳۴۰۵۱
<div><div><span><span> </span> <span> </span></span></div><span></span></div>		<b>نمابر دبیرخانه:</b> ۳۷۶۲۴۹۵-۵۱

<div><div><span><span> </span> <span> </span></span></div><span></span></div>		<b>پایام:</b> ۲۰۰۵۹۹۹
<div><div><span><span> </span> <span> </span></span></div><span></span></div>		<b>سرپرستی استان خراسان جنوبی:</b> بیر جند،خیابان مدرس،خیابان ن‌باهر غربی،شماره۷۷
<div><div><span><span> </span> <span> </span></span></div><span></span></div>		<b>تلفن سرپرست:</b> ۳۲۴۴۳۹۳۹-۵۶
<div><div><span><span> </span> <span> </span></span></div><span></span></div>		<b>تحریریه:</b> ۵۶-۳۲۴۴۸۰۵۵



تحصیل عاصی به نظر می‌رسد. این وضعیت تحصیل این روزهاست.

##### افسردگی، ناراحتی روحی و روانی

کرونا که آمد مدارس تعطیل شد و تحصیل به دنیایی که از همان روزهای اول مدرسه به مراقبت در برابر این فضا توصیه می‌شد، کشیده شد. حال این روزها والدین جدا از دغدغه های آسیب فضای مجازی نگرانی بزرگ‌تری دارند آن هم کیفیت پایین آموزش که سبب شده است والدین و به ویژه مادران از صبح تا شب دغدغه آموزش به فرزند داشته باشند. روش‌های جدید آموزشی آن

ها را عاصی کرده و حرف گوش نکردن‌ها هم سبب شده است تا والدین با اعصاب و روانی ناراحت کمک درس دانش‌آموزان باشند. این گفته‌های ولی دانش‌آموزی است که نگرانی بیش از حد برای نحوه تحصیل فرزندش سبب ناراحتی روحی و روانی او شده است.

**یک‌مادر: روش‌های جدید برای آموزش و حل مسائل با زمان مازمین تا آسمان متفاوت است. معلم در فضای مجازی نمی‌تواند به خوبی راه و روش‌ها را توضیح دهد و از صبح تا شب درگیر درس بچه‌ها هستیم.**



است و ۷۱درصد دستگیر شدگان در جریان مختلف بیکار، ۹درصد بی‌سواد، ۸۹درصد دبلم کمتر بوده و ۲۰درصد آن‌ها تحصیلات دانشگاهی داشته و ۹۲درصد دستگیر شدگان مرد بوده که بیشتر در ارتباط با مواد مخدر و سرقت‌های خرد به دام افتاده‌اند. وی ۲۷درصد سرقت‌ها را در استان مربوط به امانت خصوصی دولتی اعلام و خاطر نشان کرد: ۹۸درصد سرقت‌های خصوصی نشانگر رعایت نشدن موارد ایمنی است و ۲۶درصد سرقت‌ها مربوط به لوازم و محتویات داخل خودرو، ۹درصد سرقت از منازل، ۵درصد سرقت موتورسیکلت، ۵درصد مرتبط با سرقت خودرو و یک‌درصد سرقت از مغازه‌هاست. فرمانده انتظامی استان با اعلام این‌که از ابتدای سال ۱۱

### طی ۹ ماه امسال میزان کشف مواد در استان رقم بی‌سابقه‌ای را ثبت کرد ۸۶ باند قاچاق، ناکام در حمل ۶۰ تن مواد مخدر

بیش از ۶۰تن انواع مواد مخدر با ۶۰درصد افزایش نسبت به مدت مشابه سال قبل در ۹ ماه امسال کشف شده که طی ۱۰ سال گذشته این میزان کشف مواد مخدر در استان بی‌سابقه بوده است. فرمانده انتظامی استان روز گذشته در نشست خبری ضمن گرمی‌داشت یاد شهیدان سلیمانی و فخری زاده، ضمن بیان کشفیات این فرماندهی از ابتدای امسال، گفت: در این باره ۸۶بند مرتبط با مواد مخدر متهم شده و توقیف خودروها در این ارتباط نسبت به مدت مشابه سال گذشته ۴۷درصد رشد داشته است. سردار «ناصر فرشید» افزود: از این میزان کشفیات مواد مخدر ۸درصد مربوط به تریاک، ۸۳درصد مرقین و بقیه مربوط به مواد مخدر صنعتی است.

وی با اشاره به این‌که امسال جرایم سایبری ۷درصد کاهش داشته که ۴۷درصد آن مربوط به کلاهبرداری، ۲۷درصد برداشت اینترنتی، ۷درصد هتک حیثیت و نشر اکاذیب و ۵درصد مزاحمت اینترنتی بوده است، اظهار کرد: کشفیات جرایم سایبری ۲۷درصد افزایش داشته است.

##### ۳۱میلیار کشف کالای قاچاق

وی با اشاره به نام‌گذاری امسال به سال جهش تولید توسط مقام معظم رهبری، از تشکیل پلیس اقتصادی در استان خبرداد و افزود: ارزش‌ریالی کشفیات کالای قاچاق بیش از ۳۱میلیارد تومان در ۹ ماه امسال است. همچنین در خصوص جعل و کلاهبرداری ۷درصد وخیانث در امانت ۹درصد پرونده‌های تشکیل شده، افزایش داشته است. فرمانده انتظامی استان با یادآوری این‌که در ۹ ماه ابتدای سال بیش از ۲۵۴هزار تماس مردمی با مرکز فوریت‌های ۱۱۰ استان یا به صورت حضوری داشته‌ایم، گفت: از این تعداد ۸۹درصد تماس با ۱۱۰ و ۱۱درصد حضوری بوده که ۲۹درصد آن فوریت داشته است.

##### دستگیری ۱۷ هزار مجرم

وی ادامه داد: دستگیری‌ها در جرایم مختلف حدود ۱۷هزار مورد بوده‌است که نسبت به مدت مشابه سال قبل ۹درصد افزایش دارد که ۲۸درصد آن خصوصی و ۱۳درصد آن دستگیری سارقان بوده

<div><div><span><span> </span> <span> </span></span></div><span></span></div>		<b>نمابر تحریریه:</b> ۵۶-۳۲۴۴۸۰۵۴
<div><div><span><span> </span> <span> </span></span></div><span></span></div>		<b>واحد آگهی و اشتراک:</b> ۵۲-۳۲۴۴۸۰۵۶
<div><div><span><span> </span> <span> </span></span></div><span></span></div>		<b>مندوق پستی:</b> ۵۱۱-۹۱۷۱۵
<div><div><span><span> </span> <span> </span></span></div><span></span></div>		<b>نمابر آگهی و اشتراک:</b> ۵۳-۳۲۴۴۸۰۵۶
<div><div><span><span> </span> <span> </span></span></div><span></span></div>		<b>چاپ:</b> شهرچاپ‌خراسان

می‌گوید: سه دانش‌آموز در خانه دارم. دوقلوهایم کلاس سوم و فرزند بزرگ ترم کلاس هفتم است. اوضاع از دستم خارج شده و کم‌مانده است به مرز جنون برسم. با دوگوشی کارهای درس و مدرسه‌شان را پیگیری می‌کنم در حالی‌که بچه‌ها روش‌های مرا قبول ندارند و کمتر به حرفم گوش می‌دهند. بنا به گفته‌وی، در فضای مجازی هم متوجه توضیحات معلم نمی‌شوند چرا که توضیح کافی نیست. در تلویزیون هم آموزش برای دانش‌آموز ضعیف و قوی یکی است. در این شرایط، افسردگی، تنش و درگیری میان فرزند والدین و… بسیار است.

##### روش‌های متفاوت تدریس

ولی دانش‌آموز دیگری هم بابیان این‌که در این شرایط کرونا چاره‌ای جز تحصیل مجازی نیست اما بیشتر تحصیل برای والدین است، می‌گوید: انگار از نو باید درس بخوانیم، حرف والدین در خانه توسط دانش‌آموزان خریدار ندارد چون روش‌های آموزشی ما با روش‌های جدید متفاوت است. دانش‌آموز از معلم بیشتر حرف‌شنوی دارد تا مادر. این روزها سردرگمی‌ها بسیار است و والدین تمام زندگی‌شان درگیر تحصیل فرزندانشان شده و اعصاب‌درست و حسابی برای والدین و دانش‌آموز نمانده است.

یکی از والدین هم می‌گوید: در برخی مقاطع معلم در ساعات خاصی آنلاین است، دانش‌آموز باید حاضر باشد و معلم هم تکلیف می‌دهد. درس برای همان دو ساعت است و دانش‌آموز باید بقیه روز را یا به بطالت بگذرانند یا در همان فضای مجازی سرگرم‌باشد. در این بین والدین باید دایم‌رصد کنند تا دانش‌آموز گرفتار تله‌های مجازی نشود، درس را بخواند و اگر بتواند اشکالات را رفع کند. نیاز است تا معلم بیشتر در این سامانه فعال باشد و دانش‌آموز را درگیر کند.

##### رسیدگی به شکایات

مسئول روابط عمومی آموزش و پرورش ارزبایی نیم سال اول تحصیلی را برای بعد از امتحانات اعلام می‌کند و می‌گوید: نحوه تدریس، علم‌آموزی معلم و علم‌اندوزی دانش‌آموز پس از ارزشیابی نیم سال اول مشخص می‌شود و سنجش قبل از شروع سال تحصیلی برای احتلال یابی دانش‌آموزان انجام شده است. به گفته «حسینی» روش‌های تدریس جدید با گذشته متفاوت و از این‌رو از والدین خواسته شده است تا آموزش‌را از طریق شبکه ملی و فعالیت معلم در سامانه شاد پیگیری کنند و فقط تکرار و تمرین داشته باشند. به گفته‌وی اگر والدین به عملکرد معلم‌گلایه دارند باید شکایات خود را به اداره آموزش و پرورش اعلام کنند تا رسیدگی شود.

هزار و ۶۵۴ نفر به مراکز مشاوره و مددکاری کلانتری‌ها مراجعه کرده‌اند و بیشتر آن مربوط به اختلافات خانوادگی و ملکی بوده و ۸۳درصد به صلح و سازش منجر شده است، گفت: امسال به بیش از هزار و ۴۰۰ پرونده معافیت مشمولان رسیدگی شد. وی به کارگیری روزانه بیش از ۱۸۰ نیرو برای اجرای محدودیت‌های کرونا را یادآور شد و گفت: در این مدت بیش از هزار و ۷۰۰ قبض جریمه برای تردهای شبانه صادر و بیش از هزار و ۷۰۰ بایمک برای ارانندگان خودروهایی که در محورها بدون توجه به مصوبات ستاد کرونا در حرکت بودند، ارسال شد.



<div><div><span><span> </span> <span> </span></span></div><span></span></div>	
<b>کدبانو</b>	
<div><div><span><span> </span> <span> </span></span></div><span></span></div>	

##### مواد لازم:



**مواد لازم:** گوشت چرخ کرده: یک کیلو، آرد خوراکی: یک فنجان، تخم‌مرغ: یک عدد، پیاز: یک عدد، سیر: ۲-حبه، فلفل قرمز و سیاه، پودر چیلی: یک قاشق مربا خوری
● مواد لازم برای داخو کوفته: سیب زمونی: ۲، آرد، سوخ: ۲

عند، نخود فرنگی: یک فنجان، پیاز: یک عدد، کره: یک قاشق غذاخوری،

● مواد در نیاز برای سس کوفته: رب گوجه فرنگی: یک قاشق غذاخوری، آب جوش: یک و نیم فنجان، مقدار کمی نمک و فلفل سیاه، روغن مایع: ۲ قاشق غذاخوری

**طرز تهیه:** پیاز و سیر را خرد و سپس در ظرف بزرگی آن‌ها را با گوشت چرخ کرده ترکیب کنید. آرد، سوخاری، تخم‌مرغ، پودر چیلی، فلفل قرمز و فلفل سیاه را به آن‌ها بیفزایید و مخلوط کنید. ترکیب حاصل را ابتدا به شکل چند توپک در آورید و سپس داخل آن‌ها را طوری فروبرید که ظاهری شبیه کاسه بگیرد. هر کدام از کوفته‌های کاسه‌ای را داخل ظرفی عمیق و مناسب فر بچینید. سبب مینوی پیاز را به صورت مکعبی خرد و سپس آن‌ها را آبپز آبپش کنید تا آبشان به خوبی برود. سپس نخودفرنگی‌ها را نیز به آن‌ها بیفزایید. پیاز را به صورت نگینی خرد و در کره سرخ کنید. در ادامه هویج و سیب‌زمینی آبپز شده را به همراه نخودفرنگی‌ها داخل ماهی تابه پیاز بریزید و چند دقیقه روی شعله گاز به خوبی هم بزنید. به ترکیب حاصل نمک و فلفل سیاه بیفزایید. داخل کوفته‌های کاسه‌ای را با مواد حاصل به خوبی پر کنید. رب گوجه فرنگی را داخل یک و نیم فنجان آب جوش بریزید و به خوبی به هم بزنید تا رب در آب حل شود. سپس مقدار کمی نمک، فلفل سیاه و روغن مایع به آن بیفزایید. سس حاصل شده را روی کوفته‌ها و کنارش بریزید به طوری که روی مواد کوفته به خوبی خیس شود. روی کوفته‌ها را با کاغذ روغنی مرطوب بپوشانید و درمای ۲۰۰ درجه قرار و اجازه دهید به مدت ۴۵ دقیقه بپزد. پس از ۴۵ دقیقه کوفته‌های شما کم‌ر از داخل در خارج کنید، روی مواد کوفته‌ها پیاز پخته‌تر بریزید و دوباره آن‌ها را برای ۳ تا ۴ دقیقه داخل فر بگذارید.