

Savigh: A beneficial dietary supplement, a legacy from ancient

Ali Akbar Hemmati Nejad¹, Fahimeh Salemi², Reza Ghafouri³

¹ Department of Research and Development, Master Foodeh Food Industries Company (MFFIC), Tehran, Iran. masterfoodeh.rd@gmail.com

² Department of Research and Development, Master Foodeh Food Industries Company (MFFIC), Tehran, Iran. foodustry9@gmail.com

³ Department of Research and Development, Master Foodeh Food Industries Company (MFFIC), Tehran, Iran (**Corresponding author**). reza.ghafoori@gmail.com

Abstract

Objective: Savigh (*Sooyeq*) is a functional dietary supplement with historical roots in Islamic medicine, produced from roasted grains and legumes. Despite its extensive use, limited scientific studies have been conducted on its sensory and physical properties. The present study aimed to evaluate the effects of roasting time, particle size distribution, and blending ratios of various Savigh formulations on sensory quality and consumer acceptance.

Materials and Methods: Samples of wheat, barley, rice, chickpea, lentil, and oleaster (*Elaeagnus angustifolia*) Savigh were prepared. After controlled roasting, the powders were sieved using meshes of 60, 70, and 80. Sensory evaluation was performed by a trained panel of 20 assessors (10 males and 10 females) who scored attributes such as texture, sweetness, acidity, aroma, color, mouthfeel, and overall acceptability on a 1–10 scale. Data were analyzed using descriptive statistical methods.

Findings: Results showed that longer roasting times improved the aroma and flavor profiles of Savigh and enhanced overall acceptance. Particle size with mesh 70 (<250 µm) provided the most desirable texture and mouthfeel. Among blended formulations, a 2:3 ratio of oleaster to chickpea Savigh yielded the highest sensory acceptance in the “bone-strengthening” Savigh. For the “mixed” formulation, a 1:2 ratio of complementary to base Savighs resulted in softer texture and more pleasant aroma.

Conclusion: Sensory quality of Savigh is strongly influenced by roasting time and particle size. Proper blending of oleaster and chickpea Savigh can significantly reduce roughness caused by oleaster seeds and improve consumer acceptability. The identified optimal ratios may serve as a practical guideline for industrial-scale production of high-quality Savigh formulations.

Keywords: Traditional medicine, Savigh, Sensory evaluation, Roasting, Particle size, Functional food supplement.

Cite this article: Hemmati Nejad, A.A., Salemi, F. & Ghafouri, R. (2023). Savigh: A beneficial dietary supplement, a legacy from ancient. *Biannual journal of halal*, 6(2), p. 75-84.
<https://doi.org/10.30502/h.2025.375261.1119>

Received: 2023/03/10 ; **Revised:** 2023/04/11 ; **Accepted:** 2023/05/20 ; **Published online:** 2023/07/11

Article type: Research Article

Publisher: Halal Research Center of Islamic Republic of Iran

©2025/authors retain the copyright and full publishing rights



سویق: مکمل غذایی فراسودمند، میراثی به جامانده از دوران کهن

علی اکبر همتی نژاد^۱، فهیمه سالمی^۲، رضا غفوری^۳

^۱ واحد تحقیق و توسعه، شرکت صنایع غذایی ماستر فوده، تهران، ایران. masterfoodeh.rd@gmail.com

^۲ واحد تحقیق و توسعه، شرکت صنایع غذایی ماستر فوده، تهران، ایران. foodustry9@gmail.com

^۳ واحد تحقیق و توسعه، شرکت صنایع غذایی ماستر فوده، تهران، ایران (نویسنده مسؤل).

reza.ghafoori@gmail.com

چکیده

هدف: سویق به عنوان یک مکمل غذایی فراسودمند و دارای پیشینه‌ای در طب اسلامی، از ترکیب حبوبات و دانه‌های تفت‌داده شده به دست می‌آید. با وجود کاربرد گسترده، مطالعات علمی کمی در زمینه ویژگی‌های حسی و فیزیکی آن انجام شده است. این پژوهش با هدف بررسی تأثیر زمان تفت‌دادن، اندازه ذرات و نسبت اختلاط انواع سویق‌ها بر کیفیت و پذیرش حسی انجام شد.

مواد و روش: نمونه‌هایی از سویق‌های گندم، جو، برنج، نخود، عدس و سنجد تهیه و پس از تفت‌دادن در دماهای کنترل‌شده، از الک‌هایی با مش‌های مختلف (۶۰، ۷۰ و ۸۰) عبور داده شدند. برای بررسی حسی، ۲۰ ارزیاب آموزش‌دیده (۱۰ زن و ۱۰ مرد) ویژگی‌هایی نظیر زبری، نرمی، طعم، عطر، رنگ، احساس دهانی و پذیرش کلی را با مقیاس ۱ تا ۱۰ امتیازدهی کردند. داده‌ها با روش آماری توصیفی تحلیل شدند.

یافته‌ها: نتایج نشان داد که افزایش زمان تفت‌دادن موجب بهبود عطر و طعم سویق‌ها شده و پذیرش کلی آن‌ها را افزایش می‌دهد. اندازه ذرات با مش ۷۰ (کمتر از ۲۵۰ میکرومتر) مناسب‌ترین بافت و احساس دهانی را ایجاد کرد. در نمونه‌های ترکیبی، نسبت ۲:۳ سویق سنجد به نخود در سویق استخوان‌ساز بهترین پذیرش حسی را داشت. همچنین نسبت ۱:۲ سویق‌های مکمل به پایه در سویق معجون منجر به بافتی نرم‌تر و عطری مطلوب‌تر شد.

نتیجه‌گیری: کیفیت حسی سویق به شدت تحت تأثیر زمان تفت‌دادن و اندازه ذرات است. ترکیب مناسب سویق‌ها به‌ویژه سویق‌های سنجد و نخود، می‌تواند زبری حاصل از هسته سنجد را کاهش داده و پذیرش مصرف‌کننده را افزایش دهد. نسبت‌های بهینه شناسایی شده می‌تواند مبنای تولید صنعتی سویق‌های جدید با کیفیت بالاتر قرار گیرد.

کلیدواژه‌ها: طب سنتی، سویق، ارزیابی حسی، تفت‌دادن، اندازه ذرات، مکمل غذایی فراسودمند.

استاد به این مقاله: همتی نژاد، علی اکبر؛ سالمی، فهیمه؛ غفوری، رضا (۱۴۰۲). سویق: مکمل غذایی فراسودمند، میراثی به‌جا مانده از دوران کهن. پژوهشنامه حلال، ۶(۲)، ص ۷۵-۸۴. <https://doi.org/10.30502/h.2025.375261.1119>

تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۱۲/۱۹ ؛ تاریخ بازنگری: ۱۴۰۲/۰۱/۲۱ ؛ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۰۲/۳۰ ؛ تاریخ انتشار: ۱۴۰۲/۰۴/۲۰

نوع مقاله: پژوهشی

ناشر: مرکز ملی تحقیقات حلال جمهوری اسلامی ایران

© ۱۴۰۴ / نویسندگان دارنده حق مؤلف مقاله خود بدون محدودیت هستند.



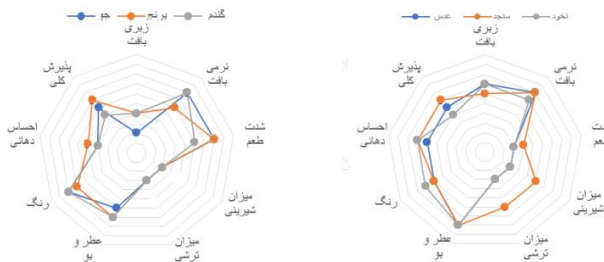
۱. مقدمه

در روایات اسلامی از سویق بسیار یاد شده است، چنانکه فرموده‌اند: سویق چه نیکو توشه‌ای در سفر و حضر است، چنانچه در حالت سیری خورده شود، غذا را گوارش می‌دهد، اگر در حال گرسنگی مصرف شود، انسان را سیر می‌کند و اگر چهل روز مداوم استفاده شود، بازوان انسان را پرتوان می‌کند، گوشت را می‌رویاند و استخوان را تقویت می‌کند (۱). صاحب «بحر الجواهر» معتقد است که سویق را از هفت چیز یعنی گندم، جو، کنار، سیب، کدو، دانه انار و شلغم می‌سازند. اما علامه مجلسی معتقد است که از گفته کلینی چنان برمی‌آید که سویق در صورتی که همراه با قیدی نظیر جو نباشد، همواره به معنای سویق گندم است (۲). در فارسی قدیم به آن «پست» گفته شده و امروزه آن را «قاووت» یا «پوره» نیز می‌گویند. لغت‌نامه دهخدا لفظ «قاووت» را ترکی می‌داند که غالباً برای آرد حبوبات بریان شده، بکار برده می‌شود. اگرچه این واژه در مورد غیر حبوبات مانند برخی از میوه‌ها و یا تره‌بار نیز مصداق دارد (۳). اما در طب اسلامی سویق عبارت از مخلوط آرد تفت داده شده برخی از حبوبات مانند گندم، جو، عدس و غیره می‌باشد که جداگانه تفت می‌دهند و بعد از الک کردن، آنها را مخلوط می‌کنند. اگر قدری سویق جو با آب و اندکی شیر و خشخاش بو داده ساییده شود، نیش‌زدگی‌ها را تسکین داده و خواب می‌آورد (۴). رشد و گسترش طب سنتی و تلفیق آن با روش‌های علمی و آزمایشگاهی نوین شیمیایی و پزشکی و همچنین آنالیز شیمیایی دقیق ترکیبات مواد مغذی موجود در انواع غلات و حبوبات، این امکان را به سازندگان سویق داده تا بتوانند انواع گوناگونی از سویق را با توجه به کاربردها و اهداف خاص تولید و عرضه نمایند که از آن جمله می‌توان به سویق عدس، جو، سنجد و خشخاش اشاره کرد (۵). علی‌رغم مزایا و فواید بسیار ارزشمند این ماده غذایی فراسودمند، متأسفانه تا به حال مطالعات اندکی درباره خواص، ویژگی‌ها و ترکیبات این مواد صورت گرفته و اغلب، اطلاعات در این زمینه به صورت پراکنده و ناقص هستند. لذا، هدف پژوهش حاضر بررسی ویژگی‌ها، خواص و ترکیبات مغذی برخی از مهم‌ترین انواع سویق است. سویق گندم پودری است که از آسیاب کردن گندم تفت داده شده تهیه می‌شود. به طور کلی دانه غلات از سه قسمت آندوسپرم، جوانه و سبوس تشکیل می‌شود. آندوسپرم که بزرگ‌ترین بخش دانه را تشکیل می‌دهد، از پروتئین و نشاسته ساخته شده است. جوانه بخش کوچکی از دانه را تشکیل می‌دهد و اغلب شامل پروتئین، چربی و ویتامین می‌باشد. سبوس غنی از فیبر است. سویق گندم سفید تنها از آندوسپرم دانه‌های گندم تهیه می‌شود، در حالی که در تهیه سویق قهوه‌ای از جوانه و سبوس نیز استفاده می‌شود. سویق سبوس‌دار شامل

هر سه قسمت دانه می‌باشد. گندم محصولی است که در بسیاری از نقاط، دو بار در سال کشت می‌شود، فصلی که گندم در آن کشت می‌شود، به طور مستقیم بر روی خواص شیمیایی و ظاهری گندم نظیر رنگ، سختی یا نرمی دانه و مقدار پروتئین موجود در آن اثر می‌گذارد. پژوهشگران طب سنتی بر همین اساس سویق گندم را به دو دسته تقسیم می‌کنند. سویق گندم مقوی، و سویق‌هایی که از گندم سفت یا گندم زمستانی تهیه می‌شوند. این سویق‌ها مقدار گلوتن بیشتری دارند، در حالی که به سویق‌هایی که از گندم نرم یا گندم بهاری تهیه می‌شوند، سویق ضعیف گفته می‌شود که اغلب دارای رنگ روشن‌تر و بافت نرم‌تر بوده و پروتئین کمتری دارند. سویق گندم سرشار از منگنز، سلنیوم، و ویتامین‌های خانواده گروه «ب» می‌باشد. نیاسین موجود در سویق گندم به بهبود عملکرد مغز کمک می‌کند و منیزیم موجود در آن باعث می‌شود پاسخ به انسولین در بدن بیماران دیابتی بهبود یابد، فسفر موجود در گندم به کمک کلسیم، منجر به ساخت استخوان می‌شود. علاوه بر این، سویق گندم سرشار از ویتامین «ب۱» است که برای متابولیسم گلوکز در بدن بسیار ضروری بوده و انرژی مورد نیاز بدن را تأمین می‌کند. ویتامین «ب۹» موجود در آن باعث ساخته شدن سلول‌های جدید، بویژه گلبول‌های قرمز می‌شود و از کم‌خونی یا آنمی جلوگیری می‌کند. پس از گندم، جو از جمله مهم‌ترین غلات می‌باشد. سویق جو از تفت دادن آرد جو یا جو پودر شده بدست می‌آید. سویق جو سرشار از ویتامین‌های «ب»، منگنز، منیزیم و سایر عناصر معدنی است. جو به دلیل دارا بودن نوعی آلکالوئید به نام «هوردنس» تاثیر بسیار زیادی بر روی قلب داشته و به عنوان کمک در کاهش تنگی نفس نیز به کار می‌رود. علاوه بر این، جو خاصیت ملین دارد و در موارد ابتلا به بیماری‌های گوارشی، لوزالمعده، صفرا، مجاری ادراری و عفونت‌های مخاطی بسیار مفید و موثر است. سویق جو مقوی و برطرف‌کننده برسام (ورم پرده دیافراگم) است و اگر به صورت خشک به جای صبحانه مصرف شود، بدون ایجاد ضعف، باعث لاغری می‌شود.

نخود گیاهی یک ساله است که قدمتی هفت هزار ساله دارد. نخود به دلیل داشتن اسید فولیک، منگنز، مس و مولیبدینوم، برای خانم‌ها بسیار مفید است، از طرفی درصد پروتئین، فسفر، آهن و روی در این ماده نسبت به سایر غلات بالاتر است. به همین دلیل یکی از مقوی‌ترین حبوبات محسوب می‌شود. سویق نخود عضله‌ساز و چاق‌کننده است و اگر چنانچه به همراه سویق سنجد مصرف شود، می‌تواند بر روی بیماری‌های دیسک کمر و گردن، آسیب‌دیدگی و فاصله مهره‌ها، آرتروز و درمان کمردرد بسیار مفید باشد. در فرآیند تولید سویق، ابتدا نخود را آسیاب می‌کنند و سپس آن را تفت می‌دهند. در این فرآیند ارزش غذایی نخود حفظ می‌شود، نخود غنی از آمینواسیدهای تریپتوفان و سروتونین است که برای تنظیم خواب مناسب ضروری هستند، منگنز و پروتئین موجود در نخود

باعث تقویت موها می شود و کلسیم موجود در آن با کلسیم موجود در لبنیات برابری می کند. وجود فسفر و آهن بالا در آن باعث می شود تا سدیم اضافی از بدن خارج شده و باعث کاهش فشار خون شده و مولیدن موجود در آن باعث می شود تا از عوارض مختلف مانند تپش قلب، سردرد و سرگیجه جلوگیری شود. اسیدفولیک موجود در این سویق باعث می شود تا رشد مغز جنین به درستی صورت گیرد و سالپونین موجود در آن از سرطان های مختلف نظیر سرطان سینه و پوکی استخوان جلوگیری می کند. در طب سنتی سنجد دارای طبع سرد و خشک است و حاوی مقادیر بالایی از آنتی اکسیدان و ویتامین «ث» می باشد که برای تقویت سیستم ایمنی و درمان سرماخوردگی بسیار موثر است. مقادیر بالای کلسیم موجود در آن، سویق سنجد را به دارویی موثر برای درمان نرمی استخوان، پوکی استخوان و تقویت و استحکام استخوان بندی در کودکان و بزرگسالان تبدیل کرده است. به دلیل وجود ترکیبات ضد التهابی قوی، از هسته سنجد برای از بین بردن التهابات مفاصل و درمان دردهای آرتروزی استفاده می شود. مزایا و فواید استفاده از هر یک از سویق ها باعث شده تا تولیدکنندگان سویق با ترکیب کردن انواع گوناگون سویق های موجود و همچنین اضافه کردن سایر مواد مفید مورد نیاز بدن انسان، محصولات جدیدی را با عناوین سویق کودک، سویق استخوان ساز، سویق کامل، سویق معجون، سویق چاقی صورت، سویق لاغری، سویق شیرافزا، و حتی سویق ورزشکاران و دیابتی ها به بازار عرضه کنند. اما نکته قابل توجه در تهیه سویق ها، متفاوت بودن دمای تفت دادن، سایز و احساس دهانی مخلوط بدست آمده می باشد.

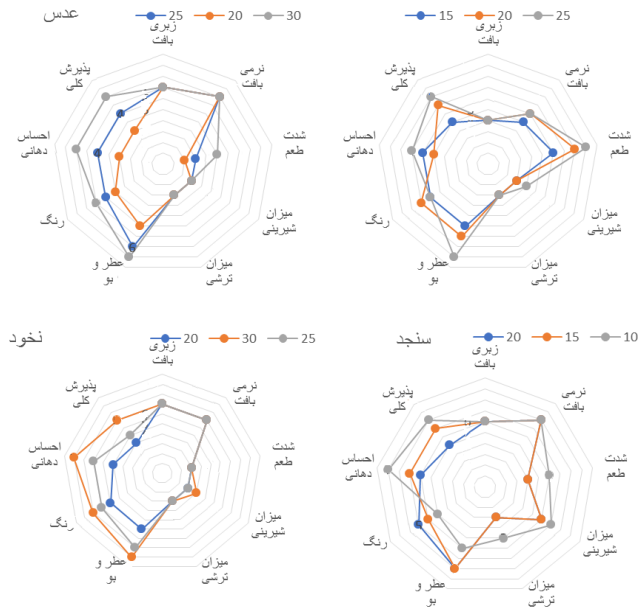


شکل ۱- نمودار عنکبوتی ارزیابی حسی سویق های مختلف

۲. مواد و روش ها

۲-۱. تهیه سویق

به منظور تهیه سویق های مورد مطالعه، ابتدا هر یک از دانه های مورد نظر (گندم، جو، برنج، عدس، نخود و سنجد) در دمای مناسب تفت داده شده و سپس بوسیله آسیاب آرد می شوند. به منظور



شکل ۲- نمودار عنکبوتی ارزیابی حسی سویق‌های مختلف

۳. بحث

نمودار عنکبوتی حاصل از ارزیابی حسی نمونه‌های خالص از سویق‌های پایه گندم، جو، برنج و نیز سویق‌های نخود، عدس، سنجد در شکل (۱) نشان داده شده است. پروفایل حاصل از ارزیابی حسی هر یک از سویق‌های پایه و سویق‌های مکمل‌الگوی مشابهی دارند. اما اختلاف اساسی این دو گروه از سویق‌ها به میزان شیرینی، ترشی و احساس دهانی این دو مربوط می‌شود. در حالی که میزان شیرینی و ترشی سویق‌های مکمل بالاتر از سویق‌های پایه است، و در مجموع احساس دهانی مطلوب‌تری را نسبت به سویق‌های پایه دارند. اگرچه سویق‌های مکمل اغلب بافت زبرتری را در مقایسه با خانواده سویق‌های پایه از خود نشان می‌دهند. یکی از عوامل موثر بر روی بافت طعم و بوی سویق‌ها، مدت زمان تفت داده شدن آنها می‌باشد. به منظور بررسی اثر تفت دادن بر روی خواص سویق‌های مورد مطالعه، هر یک از نمونه‌های مورد مطالعه در سه زمان مختلف تفت داده شدند. نمودار ارزیابی حسی هر یک از نمونه‌ها در شکل (۱) آمده است. به عنوان مثال، مدت زمان تقریبی برای تفت دادن سویق نخود در دمای 80°C ، ۲۵ دقیقه می‌باشد. تفت دادن عطر و بوی محصولات را افزایش می‌دهد. در حالی که تاثیر چندانی بر روی زبری، نرمی، ترشی و شیرینی محصولات ندارد. در مجموع تفت دادن بیشتر، احساس دهانی مطلوب‌تری را ایجاد می‌کند و

پذیرش کلی سوپق‌ها را افزایش می‌دهد. در گام بعدی به منظور بررسی تاثیر توزیع ساینز ذرات بر روی پارامترهای مختلف ارزیابی حسی هر یک از نمونه‌ها با استفاده از الک‌های ساینزبندی شده از مش‌های ۶۰، ۷۰ و ۸۰ عبور داده شدند و نتایج مشاهدات تیم ارزیابی حسی بیانگر این واقعیت بود که مش ساینز ۷۰ که ساینز ذرات کمتر از ۲۵۰ میکرومتر می‌باشد، ساینز قابل قبول برای انواع مختلف سوپق است. چسبندگی دهانی سوپق‌هایی با اندازه ذرات کوچک‌تر به شدت افزایش می‌یابد و احساس دهانی مطلوبی را ایجاد نمی‌کند؛ در حالی که سوپق‌های درشت‌تر، بافت زبرتری را برای سوپق‌ها ایجاد می‌کنند.



شکل ۳- نمودار عنکبوتی ارزیابی حسی سوپق‌های استخوان‌ساز و معجون

سوپق‌های استخوان‌ساز از ترکیب سوپق‌های سنجد و نخود تهیه می‌شوند. در این پژوهش سوپق استخوان‌ساز با نسبت‌های مختلف ۱/۴، ۱/۳، ۱/۲، ۱، ۲، ۳، ۴ از سوپق نخود و سوپق سنجد تهیه گردید و از داوطلبان خواسته شد تا نتایج حاصل از ارزیابی حسی خود را به صورت نمرات بین ۱ تا ۱۰ ارائه دهند. از میان این هفت نمونه، مطلوب‌ترین نسبت به حالتی مربوط می‌شود که نسبت سوپق سنجد به سوپق نخود برابر ۲/۳ است. نمودار عنکبوتی حاصل از این ترکیب به عنوان نمونه در شکل (۲) آمده است. زبری سوپق‌های استخوان‌ساز به مراتب پایین‌تر از هر یک از سوپق‌های سنجد و نخود به تنهایی است. در واقع مخلوط شدن این دو سوپق تا حد زیادی زبری حاصل از دانه‌های سنجد را از بین می‌برد. در مجموع اینطور به نظر می‌رسد که قرار گرفتن این دو ترکیب در کنار هم، طعم و بوی مطلوب‌تری را برای داوطلبان ایجاد کرده و در کل باعث شده تا پذیرش این سوپق نسبت به سوپق‌های دیگر مطلوب‌تر به نظر بیاید. برای تهیه سوپق‌های معجون، نسبت‌های مختلفی از سوپق‌های سازنده و مکمل به صورت ۱/۴، ۱/۳، ۱/۲، ۱، ۲، ۳، ۴ تهیه شده، و توسط داوطلبان مورد ارزیابی حسی قرار گرفت. نمودار عنکبوتی حاصل از ارزیابی حسی مطلوب‌ترین نمونه که در آن نسبت سوپق‌های مکمل به پایه ۱/۲ است، در شکل (۲) آمده است. در

حالی که زبری و نرمی بافت معجون شباهت بیشتری به سویق‌های پایه (گندم، جو و برنج) دارد، ولی عطر، بو و احساس دهانی آن بیشتر به سویق‌های مکمل (عدس، نخود و سنجد) شباهت دارد؛ بنابراین، تلفیق این دو پارامتر با یکدیگر در مجموع احساس پذیرش و مطلوبیت قابل قبول‌تری را برای داوطلبان ایجاد کرده است.

۴. نتیجه‌گیری

سویق به عنوان یک مکمل غذایی متشکل از حبوبات و دانه‌های تفت داده شده، در طب سنتی ایرانی - اسلامی از اهمیت فوق‌العاده زیادی برخوردار است. در این پژوهش ضمن بررسی برخی از مزایا و فواید انواع مختلف سویق برای نخستین بار، ضمن بررسی پارامترهای ارزیابی حسی و احساس دهانی انواع مختلف سویق‌ها، درصد ترکیب و نیز احساس دهانی دو نوع سویق استخوان‌ساز و سویق کامل مورد بحث و بررسی قرار گرفت. براساس نتایج بدست آمده، زمان تفت دادن و نیز توزیع سایز ذرات اهمیت بسیار زیادی در طعم، بو و پارامترهای گوناگون ارزیابی حسی سویق‌ها دارد، در حالی که پیدا کردن زمان بهینه برای تفت دادن دانه‌های غلات، بسیار حساس و بحرانی است و به عوامل متعددی بستگی دارد، اما به نظر می‌رسد برای تمامی انواع سویق‌ها، توزیع سایز ذرات با مش‌بندی ۷۰، یعنی سایز کمتر از ۲۵۰ میکرومتر مطلوب‌ترین حالت را ایجاد می‌کند. ارزیابی حسی بدست آمده از انواع مختلف سویق‌های استخوان‌ساز نشان داد که نسبت ۳/۲ سویق سنجد به نخود، نه تنها پذیرش و مطلوبیت قابل قبول‌تری را برای داوطلبان ایجاد می‌کند، بلکه مخلوط شدن این دو سویق با هم می‌تواند تا حد زیادی زبری هسته‌های سنجد را از بین ببرد و عطر و بوی مطلوب‌تری را نسبت به هر یک از سویق‌های نخود و سنجد به تنهایی ایجاد نماید. نسبت مناسب برای تهیه سویق معجون ۱/۲ بدست آمد و آنالیز آماری نتایج بدست آمده از ارزیابی حسی، بیانگر این واقعیت بود که سویق معجون مناسب، سویقی است که از نظر بافت، زبری و نرمی، شبیه سویق‌های پایه (گندم، جو و برنج) باشد، ولی از نظر عطر، بو و احساس دهانی، به سویق‌های مکمل (نخود، عدس و سنجد) شباهت بیشتری داشته باشد.

References

1. Ayn-Zarbi A. *Al-Kafi fi sina'at al-tibb*. British Library manuscript, number AddMS5931, 2020. [in persian]
2. Barki A. *Al-Mahasin*. Qom: Darul-Kutub al-Islamiyya, 1992. [in persian]
3. Ahmadih, A. *The Secret of Medicine*. Tehran: Islamic Publications, 1984. [in persian]
4. Mir-Heidar H. *Scientific foundations of food therapy and diets*. Tehran: Tehran University of Medical Sciences Press, 2011. [in persian]
5. Dekhoda, A. A. *Dekhoda Dictionary*. Tehran: Dekhoda Dictionary Institute and International Center for Persian Language Education, University of Tehran, 2006. [in persian]