رُدِّيه فيه ، ثم اعجنيه

عَنْ أُمِّ أَيْمَنَ أَنَّهَا غَرْبَلَتْ دَقِيقًا فَصَنَعَتْهُ لِلنَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ رَغِيفًا ، فَقَالَ: «مَا هَذَا؟» قَالَتْ: طَعَامٌ نَصْنَعُهُ بِأَرْضِنَا ، فَأَحْبَبْتُ أَنْ أَصْنَعَ مِنْهُ لَكَ رَغِيفًا. فَقَالَ: «رُدِّيهِ فِيهِ ، ثُمَّ اعْجِنِيهِ».

[صحيح] [رواه ابن ماجه]

أخبرت أم أيمن رضي الله عنها أنها نقت وصفت دقيقًا عندها من القشور والتبن بالغربال، فجعلت ذلك الدقيق للنبي صلى الله عليه وسلم خبزًا، فقال عليه الصلاة والسلام: ما هذا الذي صنعته يا أم أيمن؟ قالت: هذا طعام وخبز، كنا نصنعه ونسويه بأرضنا ووطننا أرض الحبشة ونأكله، فوددت أن أصنع من هذا الدقيق لك خبزًا مثل ما نصنعه في بلادنا، فقال عليه الصلاة والسلام: أرجعي النخالة التي خرجت من هذا الدقيق فيه، ثم اخلطيه بالدقيق غير المصفى واجعليه عجينًا، ثم اخبزيه رغيفًا، ولا تسرفي بفصل النخالة؛ لأنه شأن المترفهين.

معاني الكلمات

غربلت صفَّيت.

رغيفًا خبزًا.

http://www.sunnah.global/hadeeth/ar/show/66010