

فهرست مطالب این شماره

• آدمک روی دیوار

• آدمک های زنجیلی

• آدمکهای لبویی

• آشپزباشی؛ شیرینی نروزی

• آشپزی آفریقایی

• آفتاب و مهتاب (شریت انگور سمنانی)
• اسلایس شکلات
• اشترودل سیب
• بادامی شکلاتی
• باقلوا
• باقلوا
• باقلوای پسته و بادام
• باقلوای خانگی
• باقلوای شیر
• باقلوای هندی
• بامیه
• بامیه
• براونی شکلات
• برای تهیه انواع مربا نکات زیر را رعایت کنیم
• برای تهیه دوغ گازدار
• بستنی
• بستنی انبه برای رژیم‌ها
• بستنی ایتالیایی
• بستنی جی جی باجی
• بستنی در زمستان!
• بستنی سنتی
• بستنی شاه‌توتی
• بستنی شکلاتی

• بستنی گردویی با قهوه
• بستنی ماستی ریواس و زنجبیل
• بستنی مخصوص سرآشپز
• بستنی وانیلی
• بستنی یخی با طعم لیمو
• بسکویت نمکی
• بفرمایید باقلوا
• بوی خوش شیرینی
• بیسکویت
• بیسکویت با قطعات شکلات
• بیسکویت دو رنگ
• بیسکویت شکلاتی
• بیسکویت کشمشی
• بیسکویت مربایی
• بیسکویت نارنگیلی
• بیسکویتی
• پاستیل ژله ای
• پانی تایم کوکیز
• پای زردآلو
• پای سیب
• پفک گردویی
• پفک گردویی
• پلمبیر

• پن کیک
• پنکیک ساده
• پن کیک با روغن کانولا
• پودینگ تابستانی
• پودینگ زردآلو
• پودینگ سیب و دارچین
• پودینگ سیب و کارامل
• پودینگ شکلاتی
• پودینگ کدو حلوایی
• پودینگ کره و نان
• پودینگ لیموترش
• پودینگ نان و شکلات
• پوره خرما و پسته
• پیروک مرکبات
• توت
• تا ۱۳ بدر شیرینی تازه داشته باشید
• تارت توت فرنگی
• تارت توت فرنگی
• تارت توت فرنگی
• تارت سیب و گلابی
• تارت شکلات با بستنی نسکافه
• تارت گردویی
• تارتهای کوچک شکلاتی

• ترافل شکلات
• تراپفل
• تهیه مربا
• جعبه جواهر
• چای افغانی
• چای خامه ای
• چای نعنا
• چای و قهوه یخی
• چطور بستنی درست می شود؟
• چطور قهوه ترک دم کنیم؟
• چند نکته در مورد پخت مارمالاد
• چند نکته مهم در تهیه دسرها، پودینگها و ژله ها
• چیزکیک شکلاتی
• حلوا
• حلوا
• حلوا تخم مرغ
• حلوائ آرد برنج
• حلوائ آرد گندم در سفره رمضان
• حلوائ بادام
• حلوائ خرما
• حلوائ سه رنگ
• حلوائ شیری
• حلوائ گندم دسری خوشمزه برای افطار

• حلواى مخصوص آرد گندم
• خرماى مغزدار
• خنک شويد
• دارچين معطر و گرمابخش
• دسر
• دسر بادام با ميوه
• دسر بادرنگ
• دسر پرتقالى
• دسر پنير و منگو
• دسر توت فرنگى
• دسر خريزه
• دسر خريزه
• دسر خرما و دسر قيسى
• دسر رنگين کمان
• دسر زردآلو
• دسر ژله‌اى انار
• دسر سبى
• دسر سيب
• دسر شکلات
• دسر شکلات و قهوه
• دسر طالبى
• دسر قيسى
• دسر کاسترد

• دسر کدو حلوائی
• دسر کدو حلوائی
• دسر کرم کاستارد و ژله
• دسر کره و بادام زمینی
• دسر کیوی و سیب با عسل
• دسر گلابی و انار
• دسر گیلان
• دسر موز
• دسر موز و بستنی
• دسر میوه مخلوط
• دسر نارنگی
• دسر نسکافه
• دسر هلو
• دسر میوه مخلوط
• دسر مرکبات با آب نبات پسته ای
• دسر هلو یا زردآلو
• دونات
• دونات
• رنگینک، ترکیبی از گردو و خرما
• روش تهیه قهوه، مارکهای معروف، ۲۸ نوشیدنی تهیه شده از قهوه...
• روش ساخت گزاصفهان و پولکی زعفرانی
• رولت دارچین
• رولت عصrane

• رولت گردویی
• رولت مارمالاد
• زولبیا
• زولبیا
• زولبیا
• زولبیا
• زولبیا، بامیه و گوش فیل
• ژله در خریزه سیدی شکل
• ژله دو رنگ
• ژله سیب و نعنا
• ژله مات و شفاف
• ژله میوه
• سالاد میوه
• ساندی شکلات
• ساندی شکلاتی
• ساوارین میوه
• سمنو
• سمنو
• سوفله قهوه
• سوهان (سُون)
• سوهان عسلی
• سوهان گردویی
• سه طبقه خوشمزه

• سیب معطر
• سیگارت (بیسکویت لوله‌ای)
• شربت ریواس
• شربت ساده
• شربت سرکه انگبین به رنگ سبز
• شربت گل سرخ و قند گل
• شربت لیمو و اسطوخودوس
• شربتی برای تمام فصول
• شکلات بستنی
• شکلات با مغز کره بادام زمینی
• شکلات خانگی
• شکلات داغ و خامه
• شکلات صبحانه
• شکلات مقوی
• شله زرد
• شله زرد
• شله زرد
• شورخوما، شیرینی زمستانی(هندی)
• شیر برنج
• شیرمال ترکی
• شیرین بادامی با طعم شکلات
• شیرینی اسکاتلندی
• شیرینی الفبا

• شیرینی با پنیر خامه ای
• شیرینی بادامی
• شیرینی بهشتی
• شیرینی پفکی شکلاتی
• شیرینی توت فرنگی به شکل ماهی
• شیرینی خانگی
• شیرینی خرماپی
• شیرینی خرماپی
• شیرینی خشک دو رنگ
• شیرینی زبان با خمیر هزارلا
• شیرینی زمستانی
• شیرینی شاه بلوط
• شیرینی شکری
• شیرینی عسلی
• شیرینی فانتزی دورنگ
• شیرینی فرانسوی
• شیرینی فندق
• شیرینی قطاب
• شیرینی کاکائو
• شیرینی کرم دار
• شیرینی کره ای
• شیرینی کره ای اسکاتلندی
• شیرینی کره بادام زمینی

• شیرینی گردویی
• شیرینی گلپر
• شیرینی لطفه
• شیرینی لقمه سیب
• شیرینی مربایی
• شیرینی میکادو
• شیرینی ناپلئونی
• شیرینی نارگلی
• شیرینی نان برنجی
• شیرینی نخودچی
• شیرینی نیمان
• شیرینی هایی با طعم نارگیل
• شیرینی هایی برای سال نو مسیحی
• شیرینی‌پزی با میوه‌های تابستانی
• شیلینگ بُلر Shillingsboller
• طرز تهیه برشتوک جهت مراسم عزاداری و محرم
• طرز تهیه پوست پرتقال قندی
• طرز تهیه تافی های متفاوت
• طرز تهیه خامه فرم گرفته
• طرز تهیه خامه کیک
• طرز تهیه زولبیا، بامیه، گوش فیل و شربت
• طرز تهیه فالوده با نودل برنج چینی
• طرز تهیه نان برنجی کرمانشاهی

• طرز تهیه نان خامه ای
• طرزتهیه باسلق
• فاستِ لاون Fastelaven
• فالوده
• فرنی
• فرنی بادام (حریره بادام)
• فروماژ پرتقال
• فروماژ پرتقال
• فینانسیه (فریان)
• قـطاب
• قطاب
• قلب بادامی
• قوریبه (Ghoraiybah)
• قهوه ترک
• قهوه و ادویه
• کاپ کیک کودکان(cup cake)
• کاچی
• کارامل شکلاتی مکزیکی
• کارامل شکلاتی مکزیکی
• کاستر
• کاستر و ژله
• کافه گلاسه عربی
• کالبورا باستی

• کدام درجه، کدام شیرینی
• کرانچ خرما
• کرپ پرتقالی
• کرپ موز
• کرم پاتیسیر
• کرم پرتقال
• کرم دورنگ یا باواروا
• کرم شوکولائی ساده برای بچه ها
• کرم کارامل
• کرم کارامل
• کرم کارامل پرتغالی
• کرم کاستارد قهوه
• کرم هلو و موز
• ککتل میوه با بستنی
• کلوچه (بیسکویت) سرینا Serina kaker
• کلوچه بادام
• کلوچه موزی
• کلوچه ی خرما
• کلوچه ی سیب
• کوکتل میوه ها
• کوکی فندق و بادام
• کولفی پسته
• کیک آدم برفی

• کیک آمریکایی
• کیک آناناس
• کیک آناناس و تمشک
• کیک آناناس و گردو
• کیک اسفنجی
• کیک اسفنجی
• کیک اسفنجی
• کیک اسفنجی با پنیرخامه‌ای
• کیک انجیر و ماست
• کیک بادام با خامه
• کیک بادامی
• کیک بادامی
• کیک بستنی میوه‌ای
• کیک پرتقال
• کیک پرتقال و بادام
• کیک پرتقال و کاکائو
• کیک پرتقالی بهزیم
• کیک پنیر
• کیک توت فرنگی با موس شکلات سفید
• کیک چای سبز (میکوهیگوچی (جعفری))
• کیک چای کشمش
• کیک چای گردو و پرتقال
• کیک خارشست

• کیک خامه
• کیک خانه‌ای
• کیک خرمایی با آناناس
• کیک خرمایی با گردو
• کیک دو رنگ
• کیک ساده
• کیک ساده برای تولد
• کیک ساده و خوشمزه
• کیک ساندویچی کدوخلوایی
• کیک سیب
• کیک سیب با طعم شری
• کیک سیب با گردو
• کیک سیب زمینی
• کیک سیب معطر
• کیک سیب نروژی
• کیک شاتوت
• کیک شکلات
• کیک شکلات و قهوه (موکا)
• کیک شکلاتی
• کیک شکلاتی
• کیک شکلاتی با خامه گیلان
• کیک شکلاتی با مایکروفر
• کیک شکلاتی ترد

• کیک شوکو هالیک
• کیک شیفون
• کیک عصرانه
• کیک فنجان‌ی
• کیک فندقی
• کیک قهوه
• کیک کاکائویی با میوه
• کیک کدو حلوائی
• کیک کشمشی
• کیک کشمشی نارگیلی (نوعی کیک استرالیایی)
• کیک گردویی
• کیک گل رز
• کیک لیمو
• کیک ماست
• کیک ماستی
• کیک موز
• کیک نارگیلی
• کیک هلو
• کیک هویج
• کیک هویج با میوه
• کیک یزدی
• کیک‌های خانگی
• کیک‌های خوشمزه

• گاتا با گیلان و شکلات
• گاتا با گیلان و شکلات
• گل‌های خوشمزه
• گوش فیل
• لاسی توت فرنگی
• لرزونک
• لوز نارگیل
• مارمالاد توت فرنگی
• مارمالاد خرمالو
• مارمالاد کیوی
• مافین آلبالو
• مافین شکلاتی
• مافین موز و گردو
• مربا و مارمالاد بهتری بپزیم
• مربای آلبالو
• مربای بادرنگ
• مربای بالنگ
• مربای به
• مربای به
• مربای به
• مربای بهار نارنج
• مربای پرتقال درسته
• مربای پسته

• مربای پوست پرتقال
• مربای پوست پسته
• مربای توت فرنگی
• مربای زرد آلو
• مربای سیب
• مربای سیب درسته (یونانی)
• مربای کیوی
• مربای لیمو ترش
• مسقطی
• مسقطی خانگی
• معجون مقوی
• معجون میوه
• موز شکلاتی
• موس انبه
• موس بادام و شکلات
• موس زنجبیل و کدو حلوائی
• موس قهوه coffee mousse
• موس کره بادام زمینی
• موس نیمه تلخ
• میکادو
• میوه های داغ
• میوه های کارملایز شده
• میوه های کریستالی شده

• نان نخودچی
• ناگت شکلات
• ناگفتنی های شیرینی پزی
• نان بادامی
• نان برنجی
• نان برنجی
• نان پنجره‌ای
• نان جو شیرین
• نان خامه ای
• نان خامه ای
• نان خامه ای با سس شکلات
• نان سوخاری شیرین
• نان شیر مال ترکی
• نان شیرمال
• نان شیرینی شکلاتی
• نان صبحانه
• نان صبحانه
• نان قندی
• نان کاکائویی
• نان مغزدار قالبی
• نان نارگیلی
• نان نخودچی
• نان نخودچی

• نان نخودچی
• نان یونانی
• نکات برای تهیه شیرینی
• نکاتی برای انواع مرباها
• نکاتی برای دسرها
• نکاتی برای طبخ کیک
• نکته‌های طلایی برای پخت یک نان عالی
• نوشیدنی آناناس و نارگیل
• نوشیدنی سیب
• نوشیدنی شکلات
• نوشیدنی شکلات شیری
• نوشیدنی کاکائو و آب نبات نعنائی
• نوشیدنی کاکائو و فلفل دلمه ای
• نوشیدنی لیمو و نعنا
• نوشیدنی مخلوط میوه ای
• نوشیدنی نارگیل
• نوشیدنی هلو
• نوع ساده ای از زولبیا
• ورقه کرانچی با رویه شکلات
• ویفر شکلاتی با طعم پرتقال
• هاوایی
• هندوانه یخی
• یک نوشیدنی دلچسب برای مهمانی تابستانی

لینک دانلود : <http://vista.ir/?view=pdf>

لینک ضمیمه : <http://vista.ir/?view=item&id=126250>

آدمک روی دیوار

يك كيك اسفنجی مربع شکل به ضلع ۱۸ سانتی متر

يك كيك اسفنجی نیم کره

۲۵۰ گرم مربا یا مارمالاد تمشك

۱۰۰ گرم پودر نارگیل

۱۵۰ گرم خامه زده شده

۵ عدد اسمارتیز

۲۲۵ گرم خمیر مارسپیان (یا خمیر توت)

چند قطره زعفران حل شده در آب



يك مربع شکل را از وسط به دو نیمه ببرید. کمی خامه زده شده را در میان آنها بریزید

و آنها را روی هم قرار دهید. دیوارها و سطح روی كيك را با لایه ای از مربا یا مارمالاد و

تمشك بپوشانید و با نوك يك چاقو خطوطی به شکل آجرهای دیوار روی آن رسم کنید. پودر نارگیل را روی سطح كيك و دیواره ای آن بپاشید. كيك

اسفنجی نیم کره را روی این دیوارك قرار داده و سطح روی آن را با خامه بپوشانید. با استفاده از خمیر مارسپیان و یا در صورتی که خمیر مارسپیان

در دسترس نباشد، خمیر توت دست و پا و کلاه آدمك را درست کنید و در جای مناسب روی كيك قرار دهید. در آخر اجزای صورت آدمك را با

اسمارتیز درست کنید.

منبع : روزنامه شرق

<http://vista.ir/?view=article&id=6521>

آدمک های زنجبیلی

- مواد لازم
- روغن برای چرب کردن،
- آرد ۲۲۵ گرم،
- پودر زنجبیل ۱ قاشق غذاخوری،
- پودر دارچین ۱/۴ قاشق غذاخوری،
- جوش شیرین ۱/۲ قاشق غذاخوری،
- روغن مایع ۴ قاشق غذاخوری،
- شکر نرم ۱۱۵ گرم، عسل ۳ قاشق غذاخوری،
- شیر ۲ قاشق غذاخوری،
- اسمارتیز
- طرز تهیه



آرد الک شده، جوش شیرین، کره، شکر و عسل را داخل یک قابلمه بریزید و روی شعله ملایم گرم کنید تا کره آب شود سپس از روی شعله بردارید و آرد و شیر را به آن افزوده و هم بزنید تا مخلوط خمیری شکلی آماده شود. یک تکه از خمیر را جدا کنید و آن را با وردنه صاف کنید با قالب مرد و زن زنجبیلی درآورید و روی سینی فر که قبلاً چرب کرده اید بگذارید و تا تمام شدن خمیر قالب زدن را ادامه بدهید. دمای فر را روی ۱۶۰ درجه سانتیگراد یا ۳۲۵ درجه فارنهایت تنظیم کنید و آدامک ها را مدت ۱۰ دقیقه داخل فر بگذارید.

آدمک ها را تا وقتی گرم هستند از سینی جدا کنید شکلات آب شده به روش بن ماری* را روی پای عروسک های زنجبیلی مرد بریزید تا شلوار درست شود و آنها را روی یک بشقاب دیگر بگذارید. با کاغذ روغنی قیف درست کنید و با شکلات آب شده روی دامن زن ها طرح کنگره (دالبر) بزنید و با اسمارتیزها برای شان دکمه درست کنید، با قیف شکلاتی برای آدامک ها چشم و دهان بکشید.

گرم کردن غیرمستقیم کره یا شکلات به این ترتیب که مقدار مورد نیاز کره یا شکلات را در ظرفی داخل يك ظرف آب در حال جوش یا در معرض بخار آب قرار می دهند تا آب شود. این کار باید با احتیاط و با کمک بزرگترها انجام شود.

منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=85668>



آدمکهای لبویی

الان که فصل زمستان است و لبو زیاد شده، بیایید با لبو و سبزیهای دیگر، سالادی به شکل آدمک درست کنید. برای هر نفر يك آدمک درست کنید و در يك بشقاب كوچك سرمیز بگذارید.

- مواد لازم:
- لبو: ۱ عدد
- مغز کرفس: ۱ عدد
- تخم مرغ پخته: ۱ عدد
- تربچه: چند دانه
- خیار: ۲ عدد
- طرز تهیه:

لبو را پوست کنید و آن را به قطعه‌های گرد ببرید (حلقه حلقه کنید). هر قطعه، صورت يك آدمک است. تربچه‌ها را حلقه کنید و خیارها و کرفس‌ها را درازدراز ببرید. تخم‌مرغ‌ها را هم به شکل برش‌های هلالی درآورید. حالا

صورت آدمک را این طور تزئین کنید: به جای چشم‌ها، تربچه و به جای ابرو، خیار بگذارید. مغز کرفس را به جای دماغ آدمک قرار دهید و يك برش



هلالي از تخم مرغ را در جايي بگذاريد كه شكل دهان را نشان بدهد. مي‌توانيد با تغيير دادن شكل ابروها و دهان، آدمك‌هاي خوشحال يا ناراحت بسازيد.

منبع : روزنامه سلامت

<http://vista.ir/?view=article&id=77749>

 **vista.ir**
Online Classified Service

آشپزباشي؛ شيريني نوروzy

توي خانه ما بچه‌هاي خانه در درست كردن شيريني‌هاي عيد و به هم ريختن آشپزخانه، حسابي شريك هستند!

اين هم دو نمونه از شيريني‌هاي ما كه توي عيد ديدني‌ها حسابي پزش را مي‌دهيم.

شما هم امتحان كنيد. شيريني بپزيد و به هر مهماني كه تعارفش مي‌كنيد، بگوييد كه آنها را شما پخته‌ايد!

• نان پنجره‌اي

▪ مواد لازم:

- آرد..... ۱ پيمانه

- پودر نشاسته..... ۱ قاشق

- تخم‌مرغ..... ۴ عدد

- شير..... ۱ پيمانه



- روغن مايع مخصوص سرخ كردن

- خاك قند

- قالب نان پنجره‌ای

۱) نشاسته را آرام توی شیر بریزید و روی آتش ملایم هم بزنید تا حل شود. مواظب باشید گلوله نشود؛ بعد بگذارید خنک شود.

۲) تخم‌مرغ‌ها را در کاسه بشکنید و با چنگال بزنید. آرد را روی تخم‌مرغ الک کنید و با قاشق هم بزنید تا خمیر شود.

۳) مخلوط شیر و نشاسته را کم کم به خمیر اضافه کنید.

۴) در تابه روغن زیاد بریزید و بگذارید داغ شود. قالب نان پنجره‌ای را در روغن داغ کنید، بعد آن را بیشتر از نیمه در مایع فرو کنید و در روغن بگذارید. وقتی نان از قالب جدا شد، قالب را دریاورید.

۵) وقتی نان خودش را گرفت، پیش از آن‌که رنگش تغییر کند، از روغن دریاورید و روی حوله کاغذی بگذارید تا روغنش گرفته شود.

۶) نان پنجره‌ای را توی ظرف بچینید و روی آن خاک قند بپاشید. نوش جان!

• بیسکوئیت ستاره‌ای

▪ مواد لازم:

- آرد.....۲۵۰ گرم

- کره.....۲۰۰ گرم

- شکر.....۸۰ گرم

- نمک.....۱ قاشق چای‌خوری

- نقل، اسمارتیز، توافل رنگی....کمی

۱) کره را از یخچال بیرون بگذارید تا نرم شود.

۲) آرد را الک کنید. کره و شکر و نمک را اضافه کنید و با دست مخلوط کنید تا خوب خمیر شود.

۳) روی تخته کمی آرد بپاشید و خمیر را با وردنه پهن کنید تا نازک شود.

۴) خمیر را قالب بزنید. دوربرها را جمع کنید و دوباره با وردنه باز کنید و قالب بزنید.

۵) فر را قبلاً روی حرارت ۲۰۰ درجه سانتی‌گراد گرم کنید. سینی فر را با کمی کره چرب کنید. خمیرها را در سینی بچینید و به مدت ۱۵ دقیقه در فر بگذارید.

۶) روی بسکوئیت‌ها را تزئین کنید و آنها را در ظرف بچینید و نوش جان کنید

شیوا حریری

منبع : همشهری آنلاین

<http://vista.ir/?view=article&id=132694>

آشپزی آفریقایی

امروز در ستون آشپز بانو به شما طرز تهیه یک نوع شیرینی آفریقایی را آموزش می‌دهیم هرچند که آفریقا از کشور و فرهنگ ما خیلی دور است اما شیرینی که امروز آن را به شما آموزش می‌دهیم، مطابق سلیقه ایرانی ماست.

• لگیمات آفریقایی

• مواد لازم:

- آرد: ۴ لیوان
- شکر: سه چهارم لیوان
- خمیر مایه: یک قاشق غذاخوری
- نمک: کمی
- شیرخشک: یک قاشق غذاخوری
- آب: ۲ لیوان
- روغن: ۴ لیوان برای سرخ کردن
- طرز تهیه:

۱) در ظرفی آرد، نمک و خمیرمایه را با هم مخلوط کنید.

۲) آب را اضافه کرده و مخلوط را با یک قاشق چوبی خوب هم بزنید تا تمام مواد با هم خوب مخلوط شوند.

۳) روی ظرف را با یک سینی بپوشانید و مواد را بگذارید یک شب کامل بماند.

۴) در روز دوم، شکر و شیر خشک را به مواد اضافه کرده به مدت ۲ دقیقه خوب هم بزنید.

۵) روغن را در ماهیتابه ریخته روی حرارت ملایم بگذارید تا داغ شود. سپس از مواد با یک قاشق مرباخوری به اندازه یک گردو برداشته و در روغن بریزید تا خمیر پف کند و دایره مانند شود. تمام مواد را به این طریق درست می‌کنیم.

۶) لگیمات‌ها را در صافی ریخته تا روغن آنها برود سپس آنها را در ظرف مخصوص شیرینی می‌چینیم.

منبع : روزنامه تهران امروز

<http://vista.ir/?view=article&id=93331>

آفتاب و مهتاب (شربت انگور سمنانی)

- مواد لازم

- آب انگور ۳ کیلو گرم
- خاک رس تمیز ۷۵۰ گرم
- برچسب عنوان ۲
- مقدار عنوان ۲
- چگونگی تهیه

آب انگور را داخل قابلمه مسی می ریزیم و کمی گرم می کنیم در حدی که دست نسوزد. گاز را خاموش می کنیم و خاک رس را داخل قابلمه می ریزیم و کاملاً هم می زنیم بعد می گذاریم تا خاک در ته دیگ ته نشین شود. این کار برای حلال بودن آب انگور انجام می شود) به آرامی آب انگور را از خاک جدا کرده با ملاقه و داخل دیگ مسی دیگری می ریزیم و می گذاریم تا به آرامی بجوشد. تا حدی که از ۳ کیلو گرم آب انگور ۲ کیلو باقی بماند و ۱ کیلوی آن بخار شود. بعد از سرد شدن این شریت را داخل شیشه می ریزیم. این شریت را باید در اوایل ماه قمری یعنی ۵ با ۶ ماه درست کرد و شبها رو به مهتاب و روزها رو به آفتاب قرار داد تا مدت ۷ شبانه روز.



منبع : شبکه جهانی جام جم

<http://vista.ir/?view=article&id=114885>

اسلایس شکلات

- مواد مورد نیاز:
- مارش مالا سفید: ۲۰۰ گرم؛
- آب: ۱ قاشق سوپخوری؛
- کره خرد شده: ۹۰ گرم؛
- شکلات سیاه خرد شده: ۲۰۰ گرم؛
- بیسکویت ساده خرد شده: ۱۲۵ گرم؛
- گیلایس شکری شده (مربای گیلایس بدون شیر): ۱۲۵ گرم؛
- فندق تست شده نیمه شده: ۷۵ گرم؛
- گردو: ۵۰ گرم؛
- شکلات سیاه ذوب شده (اضافی): ۲۰۰ گرم؛
- کره ذوب شده (اضافی): ۶۰ گرم.
- طرز تهیه:

۲ عدد قالب مستطیل ۸×۲۵ سانتی متری را با کاغذ پوشش داده طوری که دیواره را ببوشاند و ۳ سانت از دیواره بالا بپاید. مارش مالا، آب و کره را در ظرفی ریخته روی حرارت ملایم قرار دهید، گهگاهی هم بزنید تا مارش مالا حل شود سپس از روی حرارت بردارید و شکلات سیاه را داخل آن ریخته،



هم بزنید تا شکلات نیز ذوب شود.

بیسکویت، گیلایس، فندق تست شده و گردو را به مواد اضافه کرده آرام هم بزنید آنقدر که بیسکویت له نشود. مواد آماده را داخل قالب آماده بریزید و به مدت یک ساعت در یخچال بگذارید. شکلات ذوب شده اضافی و کره ذوب شده را با هم مخلوط کرده روی مواد قبلی صاف کنید و یک ساعت

دیگر در یخچال قرار داده بعد از سفت شدن آن را ببرید.

گلریز کاوه

منبع : خانواده ما

<http://vista.ir/?view=article&id=111976>

 **vista.ir**
Online Classified Service

اشترودل سیب

- مواد مورد نیاز:
 - آرد سه صفر (مخصوص قنادی): ۲۵۰ گرم؛
 - زرده تخم مرغ: ۳ عدد؛
 - خامه: ۲۰ گرم؛
 - نمک: ۵ گرم؛
 - آب گرم: ۷۰ گرم؛
 - روغن مایع برای استراحت خمیر: ۱۰۰ گرم.
- مواد لازم برای داخل خمیر:
 - سیب زرد: یک کیلو و نیم؛
 - پودر سوخاری: ۱۰۰ گرم؛
 - کره آب شده: ۱۰۰ گرم؛
 - دارچین: ۱۰ گرم؛
 - کشمش: ۷۰ گرم؛



▪ خلال بادام بو داد: ۷۰ گرم؛

▪ شکر: ۱۰۰ گرم.

• طرز تهیه:



زرده های تخم مرغ را با خامه و نمک می زنیم و بعد آرد را اضافه می کنیم.

سپس آب را اضافه می کنیم تا کشدار شود. (حرارت زرده های تخم مرغ و آب مورد نیاز باید حرارت محیط باشد). بعد خمیر را با مقدار بسیار جزئی آرد گلوله می کنید و ۲۰ دقیقه در روغن نکه می داریم (خمیر در روغن استراحت می کند). پارچه سفید و تمیز را پهن می کنیم خمیر را با پشت دست و بسیار نازک روی آن باز می کنیم. دقت کنید که باید خمیر با حوصله باز شود.

آنگاه پودر سوخاری را روی خمیر می پاشیم و سبب ها را روی آنها پخش می کنیم (می چینیم). روی سبب ها را با قلمو کره آب کرده می مالیم و سپس روی آن دارچین می پاشیم. بعد به اندازه دلخواه شکر و بعد کشمش روی آن می ریزیم و در آخر، خلال بادام بو داده روی آن می ریزیم. سپس با پارچه می پیچیم.

کف سینی فر را با قلمو و روغن چرب می کنیم و آرد می پاشیم و خمیر را به شکل یو (U) یا نعل اسب روی سینی می گذاریم با حرارت ۱۵۰ درجه سانتیگراد، ۴۵ دقیقه زمان می دهیم تا شیرینی آماده شود.

▪ نکته:

(۱) نازکی این خمیر باید در خمیر باقلوا باشد.

(۲) برای سهولت پیچیدن این خمیر یا رول کردن آن از پارچه استفاده می شود. در صورت دسترسی نداشتن به پارچه می توان این خمیر را روی سطح آردپاشی شده و وردنه نازک و مخصوص باز کرد. برای لطافت بیشتر این شیرینی بهتر است در طول پخت یکی دو بار از فر خارج شود و کره آب شده روی آن مالیده شود.

علیرضا حمیدی

منبع : خانواده ما

<http://vista.ir/?view=article&id=111980>

بادامی شکلاتی

- مواد لازم:

- آرد: ۲ پیمانه سر خالی
 - نمک: ۱/۸ قاشق چایخوری
 - آب گرم: ۲ قاشق سوپخوری
 - ماست رقیق: ۲ قاشق سوپخوری
 - پودر کاکائو: یک قاشق سوپخوری
 - تخم مرغ: ۲ عدد
 - کره: یکدوم پیمانه
 - هل (آسیاب شده): یکدوم پیمانه
 - وانیل شکری: یک چهارم قاشق چایخوری
 - بیکنگ پودر: یک قاشق چایخوری
 - جوش شیرین: یکدوم قاشق چایخوری
 - خلال بادام: یکدوم پیمانه
- طرز تهیه:

فر را روی حرارت ۳۵۰ درجه فارنهایت روشن کرده، پودر شکر و کره را مخلوط کرده و با همزن برقی بزنید تا لطیف شود. تخم مرغ و وانیل را اضافه کرده، بزنید تا کرم رنگ و کشدار شود. کاکائو را به آب اضافه کرده و به همراه ماست

به مایه اضافه کنید، سپس آرد، بیکنگ پودر، جوش شیرین و نمک را با هم مخلوط و الک و به تدریج به مایه اضافه کنید و در آخر بادام را به آن بیفزایید و همه را با هم مخلوط کنید. خمیر را در طبقه وسط فر به مدت ۱۲ الی ۱۵ دقیقه بگذارید بماند تا شیرینی‌ها بپزد، سپس سینی را از فر بیرون آورده و بعد از ۲ دقیقه، شیرینی‌ها را روی پنجره فلزی قرار دهید تا سرد شوند.



منبع : روزنامه تهران امروز

<http://vista.ir/?view=article&id=100211>

باقلاوا

- مواد لازم برای تهیه خمیر باقلوا:
 - زردۀ تخم مرغ ۲ عدد
 - شیر یک استکان
 - روغن آب کرده ۲ قاشق سوپ خوری
 - بکینگ پودر ۲/۱ قاشق سوپ خوری
 - آرد به مقداری که خمیر به دست نچسبد
 - روغن اضافی برای میان و روی باقلوا ۱۵۰ گرم
- مواد داخل باقلوا:
 - بادام یا پسته پودر شده ۵۰۰ گرم
 - پودر قند ۲۵۰ گرم
 - هل کوبیده ۱ قاشق چای خوری
- مواد لازم برای شربت باقلوا:
 - شکر ۵۰۰ گرم
 - آب یک و نیم پیمانه



گلاب یک استکان

- طرز تهیه خمیر باقلوا:

شیر، بکینگ پودر، روغن و زردۀ تخم مرغ را مخلوط کرده، آرد را کم کم به آن اضافه می کنیم و به هم می زنیم و مالش می دهیم تا زمانی که خمیر حاصله به دست نچسبد.

قسمتی از خمیر را روی میز با وردنه باز می کنیم تا به صورت یک ورقه لواش نازک در بیاید. ته دیس لبه کوتاه مخصوص فر را کمی چرب کرده و لواش

را به دور وردنه پیچیده و در دیس پهن می‌کنیم به‌طوری‌که لبه خمیر ۲۲ سانتی‌متر از لبه ظرف بیشتر باشد. این خمیر را می‌توانید ۲ یا ۳ لایه پهن کنید. البته مابین آنها باید چرب شود. روی خمیر مایه وسط باقلوا را ریخته و پهن می‌کنیم و با پشت قاشق روی مواد فشار می‌آوریم و روی این مواد ۴ قاشق سوپ‌خوری روغن آب شده می‌ریزیم. یک لایه خمیر دیگر روی مواد پهن کرده، اضافه آنرا می‌بریم و لبه‌های خمیر را به خمیر ته دیس وصل می‌کنیم. در صورت تمایل می‌توان به‌جای پودر بادام از پودر پسته و گردو هم مایه وسط باقلوا را تهیه کرد و بعد از لایه بادامی با یک لایه دیگر مایه پسته‌ای یا گردونی باقلوای چند رنگ تهیه کرد.

با یک کارد تیز باقلوا را به‌صورت لوزی برش داده و بقیه روغن را روی آن می‌دهیم و دیس باقلوا را برای مدت یک‌ربع در طبقه اول فر با حرارت ۳۰۰ درجه فارنهایت قرار می‌دهیم.

بعد از آن برای مدت ۱۵ دقیقه دیس باقلوا را در طبقه بالای فر می‌گذاریم تا روی آن طلائی شود. سپس آنرا بیرون آورده و می‌گذاریم تا کمی خنک شود. بعد از آن در سه مرحله یک ساعته شربت را روی باقلوا بدهید و کمی خلال پسته روی باقلوا بپاشید.

باقلوا را دوباره به‌صورت لوزی برش داده و یکی‌یکی از دیس بیرون آورده و در ظرف مورد نظر می‌چینیم و روی آنرا با محافظ غذا می‌بندیم.

• تهیه بادام سفید شده برای داخل باقلوا

بادام‌ها را داخل آب‌جوش به مدت یک‌ساعت خیس کرده در این زمان پوست آنها به‌راحتی با دست کنده می‌شود. سپس بادام‌های پوست کنده را همراه با قند در آسیاب خانگی می‌سائیم تا پودر بادام یک‌دست و یکنواخت شود.

سمیرا فرید

منبع : نشریه بهکام

<http://vista.ir/?view=article&id=12426>

 **vista.ir**
Online Classified Service

باقلوا

• مواد لازم: (برای ۲ نفر)



- مغز بادام-۵۰۰ گرم
- شکر- ۲۵۰ گرم
- پودر هل- یک قاشق پر
- زرده تخم مرغ- ۲ عدد
- شیر- نصف فنجان
- روغن- ۲ قاشق پر
- آرد-۱۵۰ تا ۲۰۰ گرم
- بیکینگ پودر- نصف قاشق چای خوری
- گلاب- نصف فنجان
- قالب های کوچک فلزی
- طرز تهیه:



شیر- بیکینگ پودر-روغن و زرده تخم مرغ را مخلوط می کنیم و کم کم آرد می ریزیم و مرتب بهم می زنیم تا مایه خمیر شده به دست نچسبد و زیاد هم سفت نشود بعد خمیر را خوب مالش می دهیم و می گذاریم دو سه ساعت در کیسه نایلون بماند سپس مایه بادام و قند و هل کوبیده را مخلوط می کنیم آنگاه روی میز را کمی آرد می پاشیم در صورت تهیه در جعبه از خمیر گلوله ای به اندازه یک گردو بر می داریم روی میز را کمی آرد می پاشیم و خمیر را با نورد نازک تا حدیکه ممکن است باز می کنیم و دقت می کنیم به آن فرم جعبه را بدهیم با برس مخصوص آرد روی روی لواش را پاک می نماییم جعبه را روی لواش قرار می دهیم لواش را بدیکه تقریبا اطرافش نیم سانت از جعبه بزرگتر شود میبریم و این لواش را در جعبه می اندازیم و به همین طریق داخل جعبه را می توان ۲ تا ۳ ورقه لواش انداخت بعد جعبه را با مایه بادام و قند آماده شده پر می کنیم و با پشت قاشق مایه را فشار می دهیم تا کاملا سفت و صاف شود کمی گلاب با دست روی بادام و قند می پاشیم و دو تا چهار ورق لواش به طریق فوق روی جعبه می اندازیم و با قلعوا را با کارد بصورت لوزی یا چهار گوش می بریم بعد ۱۵۰ گرم روغن آب کرده را داغ می کنیم. و به تناسب روی جعبه ها می دهیم و جعبه ها را داخل سینی فر می چینیم و سینی را روی پنجره اول فر بطرف پایین با حرارت ۳۰۰ درجه می گذاریم تا یک ربع بماند و روی با قلعوا کمی طلایی رنگ شود سینی را بیرون می آوریم کمی که سرد شد روی جعبه ها را به تناسب از شربت آماده شده می ریزیم .

منبع : آشپزباشی

<http://vista.ir/?view=article&id=79245>

باقلاوی پسته و بادام

پسته : ۲۵۰ گرم

بادام : ۲۵۰ گرم

خاک قند : ۲۵۰ گرم

هل : ۱ قاشق سوپخوری

زرده تخم مرغ : ۲ عدد

شیر هموژنیزه : ۱ فنجان

روغن : ۲ قاشق سوپخوری

آرد سفید : ۱۷۵ گرم

بکین پودر : ۰,۵ قاشق مربا خوری

آب : ۱,۵ فنجان

شکر : ۵۰۰ گرم

گلاب : ۰,۵ فنجان

قبل از هر کاری بادام‌ها و پسته‌های را پوست بگیرید و خوب چرخ کنید.

خمیر لواش باقلاوی دو رنگ بادام و پسته را به طریق ذیل آماده می‌کنیم:

شیر، بکینگ پودر و روغن و زرده تخم مرغ را مخلوط می‌کنیم و کم کم آرد می‌ریزیم و مرتب به هم می‌زنیم تا مایه خمیر شده به دست نجسید و زیاد هم سفت نشود، بعد خمیر را خوب مالش می‌دهیم و می‌گذاریم دو سه ساعت در کیسه نایلون بماند سپس مایه بادام، پسته و قند و هل کوبیده را مخلوط می‌کنیم، آنگاه روی میز کمی آرد می‌پاشیم (باقلاوا را می‌توان در سینی و یا در جعبه کوچک نیم کیلوئی و یا یک کیلوئی تهیه کرد، البته خیلی راحت‌تر است که باقلاوا را در جعبه تهیه نمائیم) در صورت تهیه در جعبه از خمیر گلوله‌ای به اندازه یک گردو برمی‌داریم روی میز را کمی آرد می‌پاشیم و خمیر را با نورد نازک تا حدی که ممکن است باز می‌کنیم و دقت می‌کنیم بآن فرم جعبه را بدهیم با برس مخصوص آرد روی لواش را پاک می‌نمائیم جعبه را روی لواش قرار می‌دهیم لواش را به حدی که تقریباً اطرافش نیم سانت از جعبه بزرگ‌تر شود می‌بریم و این لواش را در جعبه می‌اندازیم و به همین طریق داخل جعبه را می‌توان ۲ تا ۳ ورقه لواش انداخت، بعد جعبه را با مایه بادام، پسته و قند آماده شده پر

می‌کنیم و با پشت قاشق مایه را فشار می‌دهیم تا کاملاً سفت و صاف شود کمی گلاب با دست روی بادام، پسته و قند می‌پاشیم و دو تا چهار ورق لواش به طریق فوق روی جعبه می‌اندازیم و باقلوا را با کارد به‌صورت لوزی یا چهار گوش می‌بریم، بعد ۱۵۰ گرم روغن آب کرده جرم گرفته را داغ می‌کنیم و به تناسب روی جعبه می‌دهیم و جعبه‌ها را داخل سینی فر می‌چینیم و سینی را روی پنجره اول فر به‌طرف پائین با حرارت ۳۰۰ درجه می‌گذاریم تا یک ربع الی ۲۰ دقیقه بماند، بعد سینی را روی پنجره آخر فر به‌طرف بالا می‌گذاریم تا یک ربع بماند و روی باقلوا کمی طلائی رنگ شود، سینی را بیرون می‌آوریم کمی که سرد شد روی جعبه‌ها را به تناسب از شربت آماده شده می‌ریزیم (شربت باقلوا را یک مرتبه روی باقلوا نمی‌دهیم بهتر است شربت را به دفعات روی باقلوا داد تا باقلوا زیاد خمیر نشود.

شربت باقلوا را بطریق ذیل آماده می‌کنیم:

شکر را با یک و نیم فنجان آب مخلوط می‌کنیم و روی آتش می‌گذاریم تا جوش بیاید و کمی غلیظ شود گلاب را می‌ریزیم چند جوش که زد شربت را از صافی رد می‌کنیم، در صورتی‌که باقلوا مدتی ماند و خشک شد کمی شربت رقیق و گرم روی باقلوا می‌دهیم. در صورتی‌که باقلوا را در سینی تهیه کردیم باید لواش را بزرگ به اندازه سینی باز کرده و به طریق فوق عمل نمود.

طرز پوست گرفتن بادام:

بادام را در آب سرد خیس می‌کنیم و وقتی پوست آن نرم شد پوست آن را می‌گیریم و یا در صورت نداشتن فرصت روی آن آب جوش می‌ریزیم و فوری پوست می‌کنیم. بعد بادام را در آبکش می‌ریزیم آب آنکه کاملاً رفت روی میز را پارچه تمیزی می‌اندازیم و بادام را روی آن پهن می‌کنیم تا خشک شود.

<http://vista.ir/?view=article&id=370>



باقلاوی خانگی

- مواد لازم (برای ۱۰ نفر):
 - آرد ۱ کیلوگرم،
 - تخم مرغ ۴ عدد،



- آب ۱ لیوان،
- مغزگردوی آسیاب شده ۳ لیوان
- نمک به مقدار لازم.
- مواد لازم برای شربت:
- شکر ۱/۵ کیلوگرم،
- آب ۵ لیوان
- آب یک عدد لیمو ترش.
- طرز تهیه:



ابتدا شربت را تهیه می کنیم، به این ترتیب که شکر و آب را بجوشانید و زمانی که می خواهید شربت را از روی اجاق بردارید آبلیمو را اضافه کرده و بگذارید تا سرد شود. در ظرف دیگر آرد، تخم مرغ، آب و نمک را با هم مخلوط

کرده و به شکل خمیر درآورید، سپس آن را ۱۲ قسمت کنید و آنها را با کمک وردنه بصورت خمیر خیلی نازک باز کرده و داخل سینی فر چرب شده ۶ عدد از این خمیرها را که لایه لایشان کره آب شده مالیده اید روی هم قرار دهید و روی لایه بالایی گردوی آسیاب شده بریزید. کارهای فوق را در مورد ۶ خمیر دیگر نیز انجام دهید و روی آخرین لایه بقیه کره آب شده را بمالید. باقلوا را به شکل دلخواه برش داده در درجه حرارت ۱۸۰ درجه سانتیگراد به مدت ۲۰ دقیقه بپزید سپس رویش شربت ریخته و پس از آنکه شربت به داخل باقلوا نفوذ کرد آن را سرو کنید.

منبع : روزنامه ابتکار

<http://vista.ir/?view=article&id=110594>

 **vista.ir**
Online Classified Service

باقلوای شیر

- مواد لازم:



- آرد: ۵۰۰ گرم؛
- نمک: ۱ قاشق سوپخوری؛
- آب: ۱ پیمانه؛
- تخم مرغ: ۴ عدد؛
- آب لیموی تازه: ۱ قاشق سوپخوری؛
- آرد ذرت: حدود ۴۰۰ گرم؛
- کره: ۲۵۰ گرم برای مالیدن روی خمیر؛
- بادام پرک شده: ۳۰۰ گرم.
- مواد لازم برای تهیه شیره:
- شیر: ۲ پیمانه؛
- شکر: ۶۰۰ گرم؛
- پسته: مقداری برای تزیین.
- طرز تهیه:



آرد را روی میز الک کنید و در مرکز آن یک گودی ایجاد کنید.

نمک و یک پیمانه آب (۲۵۰ میلی لیتر) را همراه تخم مرغ ها و آب لیموی تازه به آرد اضافه کنید. تمام مواد را مخلوط کنید تا خمیر صاف، نرم و یکدستی درست شود.

سپس خمیر را به شکل توپ در آورید و رویش را با دستمال بپوشانید تا ۱۰ دقیقه استراحت کند.

بعد خمیر را لوله کرده و به هشت قسمت مساوی تقسیم کنید.

هر کدام از قسمت ها را جداگانه ورز دهید.

روی میز را کاملاً با آرد ذرت بپوشانید و هر کدام از قسمت های خمیر را به قطر ۲۰ سانتیمتر باز کنید.

خمیرها را کاملاً به آرد ذرت آغشته کنید و دوباره با یک دستمال برای ۵ دقیقه روی آن را بپوشاند.

در این مرحله، خمیرها را ۴ تا ۴ تا روی هم قرار دهید و با وردنه با کند سپس هر کدام را جداگانه وردنه بکشید تا به صورت یک لواش کاملاً نازک درآید.

یک سینی ۲۵ در ۲۵ سانتیمتری را با کره آب شده (۲۵۰ گرم) چرب کنید.

یک لایه از خمیر را کف سینی پهن کنید. روی خمیر را کاملاً کره بمالید.

سه لایه دیگر خمیر را روی آن قرار دهید و لایه لای هر ردیف کره بمالید.

سپس روی لایه چهارم را کره بمالید و بادام پرک شده روی آن بپاشید.

چهار لایه دیگر خمیر را به همین ترتیب روی بادام قرار دهید و روی هر لایه را نیز کره بمالید.
بعد از قرار دادن آخرین لایه، خمیر را به صورت مربع مربع برش بزنید و باقیمانده کره آب شده را روی خمیر بریزید.
سینی خمیرها را ۴۰ دقیقه داخل فری با دمای ۱۸۰ درجه سانتیگراد قرار دهید تا بپزد. بعد از پخت، سینی را از فر خارج کنید و شیره آماده را روی آن بریزید.

• طرز تهیه شیره:

شیر و شکر را روی حرارت قرار دهید تا بجوشد و شکر کاملاً حل شود. سپس مخلوط را از روی حرارت بردارید و روی باقلوای آماده بریزید و پسته را روی آن بپاشید.

منبع : خانواده ما

<http://vista.ir/?view=article&id=101315>

 **vista.ir**
Online Classified Service

باقلوای هندی

- مواد لازم:
- تخم مرغ ۴ عدد
- روغن مایع ۲۰۰ گرم
- آرد ۱۵۰ گرم
- مغز پسته یا نارگیل یا بادام ۱ لیوان پودر شده
- شکر ۲۲۵ گرم
- پودر هل ۱ قاشق مرباخوری سرصاف
- بیکینگ پودر ۱ قاشق مرباخوری
- مغز پسته یا خلال پسته برای تزئین



• مواد لازم برای شیره:



• شکر ۵۰ گرم

• آب ۲۵۰ گرم

• جوهر لیمو ۱ قاشق مرباخوری

• گلاب ۲/۱ پیمانه

• طرز تهیه:

تخم مرغ ها را در ظرفی شکسته با همزن خوب بزنید. بعد شکر را اضافه کرده دوباره بزنید، سپس هل را ریخته به هم زدن ادامه دهید تا شکر کاملا حل شود و کاملا صاف و یکدست شود، بعد روغن را ریخته سپس به دلخواه پودر یکی از مغزهای پسته، نارگیل یا بادام را ریخته مواد را خوب مخلوط کنید. در ظرفی دیگر آرد را با بیکینگ پودر مخلوط کرده ۲ بار الک کنید و به مواد بیفزایید و آنقدر هم بزنید تا مواد کاملا با هم مخلوط شوند. سپس مایه بدست آمده را در سینی فر که از قبل آرد پاشیده و چرب شده بریزید و در طبقه وسط فر به مدت نیم ساعت با حرارت ۱۷۵ درجه سانتیگراد بگذارید تا بپزد. سپس آن را از فر در آورده برش زده و روی آن شیر بریزید و با مغز پسته خرد شده یا خلال پسته تزئین کنید. باقلوای شما آماده است. شیرین کام باشید!

• طرز تهیه شیره:

برای تهیه شیره تمام مواد مورد نیاز نام برده برای این منظور را با هم مخلوط کرده و هم بزنید.

منبع : سایت آموزشگاه

<http://vista.ir/?view=article&id=92520>

 **vista.ir**
Online Classified Service

پامیه

• مواد لازم برای شش نفر:

تخم مرغ..... سه عدد



روغن جامد..... يك قاشق مرباخوری
شکر..... نیم کیلو
آرد..... دوپست گرم
آب..... به مقدار لازم
نمک..... يك سوم قاشق چایخوری
آب لیمو..... دو قاشق سوپخوری
گلاب..... به مقدار لازم



• طرز تهیه:

ابتدا آب را جوش می‌آوریم، با شعله ملایم آرد را اضافه می‌کنیم و هم می‌زنیم تا خمیر نسبتاً سفتی به دست آید. سپس روغن را به آن اضافه می‌کنیم و مرتب هم می‌زنیم (حدود دو الی سه دقیقه)، به طوری که خمیر به صورت سفت در بیاید. پس از این‌که خمیر کمی سرد شد، تخم‌مرغ‌ها را یکی‌یکی به آن اضافه می‌کنیم تا خمیر خوب ورز بخورد و نرم شود.

برای این‌که بامیه رنگ زیباتری به خود بگیرد، بهتر است از شربت بامیه يك قاشق سوپخوری به خمیر بامیه اضافه کرده و با خمیر مخلوط کنیم. سپس خمیر را در قیف می‌ریزیم و به صورت دایره دایره در ظرف روغن داغ می‌ریزیم. به یاد داشته باشید که بامیه‌ها را هنگام سرخ شدن، باید مرتب هم بزنید تا به هم نچسبند و يك دست سرخ شوند. بامیه‌ها را در همان حال که داغ هستند، به شربت گرم اضافه می‌کنیم تا شربت را خوب به خود جذب کنند.

در غیر این‌صورت بامیه‌ها، شربت را جذب نخواهند کرد. به یاد داشته باشید اگر بامیه پس از چند ساعت شربت خود را از دست داد، علت آن رقیق بودن شربت است، نه چیز دیگری.

منبع : خانواده سبز

<http://vista.ir/?view=article&id=70114>

 **vista.ir**
Online Classified Service

• مواد لازم (برای ۴ نفر)

- آرد ۱۲۵ گرم
- تخم مرغ ۳ عدد
- شکر ۲۰۰ گرم
- روغن ۴ تا ۵ قاشق
- شربت غلیظ ۲ پیمانه
- گلاب ۲ تا ۳ قاشق
- طرز تهیه



آب و روغن را در ظرفی میریزیم و روی آتش می گذاریم تا جوش بیاید آرد را یکمرتبه داخل آب که جوش آمده است میریزیم و یکی دو بار آهسته بهم می زنیم تا آب کامل تبخیر و مایه سفت شود ظرف را از روی آتش برمیداریم و مایه که کمی سرد شد تخم مرغها را دانه دانه در مایه می شکنیم و مرتب بهم می زنیم تا خمیر کامل نرم و لطیف شود بعد در تابه مقداری

روغن مایع از قبیل روغن کنجد میریزیم و روی آتش می گذاریم تا داغ شود و مایه را داخل قیف مخصوص می ریزیم و حرارت را ملا یم می کنیم دهانه قیف را جمع می کنیم و از مایه بهر اندازه که بخواهیم با فشار دادن کیسه در روغن میریزیم بطوریکه سطح روغن پوشیده شود . گاهی بامیه ها را پشت و رو می کنیم تا دو طرف آن کمی برشته شود بعد با کفگیر بامیه ها را از داخل روغن بیرون می آوریم و در صافی می ریزیم تا روغن زیادی آن گرفته شود بعد بامیه های آماده شده را در شربت میریزیم در صورتیکه بخواهیم بامیه خرمایی رنگ شود یکی دو قاشق شکر در آب روغن بامیه میریزیم و بعد از جوش آمدن آرد را اضافه می کنیم .

منبع : آشپزباشی

<http://vista.ir/?view=article&id=77876>

براونی شکلات

۵۰ گرم شکلات تلخ (۶۰ درصد)- ۵۰ گرم کره- ۱۲۵ گرم شکر قهوه ای- ۵۰ گرم آرد سفید- ۵۰ گرم گردو- یک قاشق چایخوری پر بیکینگ پودر- دو عدد تخم مرغ شکلات را در ظرفی قرار داده دو دقیقه در مایکروفر حرارت دهید تا ذوب شود یا آن را در ظرف کوچکی بریزید و در ظرف بزرگتری محتوی آب داغ قرار داده روی حرارت ملایم اجاق گاز بگذارید تا ذوب شود.

کره، شکر و تخم مرغ ها را مخلوط کنید. شکلات ذوب شده را به آن اضافه کنید و بزنید تا به صورت کرم درآید. در آخر گردوها را به جز چند عدد که برای تزئین نگاه می دارید خرد کنید و همراه با بیکینگ پودر و آرد به مخلوط بالا بیفزایید.

سپس آن را در یک قالب مستطیل شکل مخصوص کیک صبحانه که دیواره ها و ته آن را کمی چرب کرده اید بریزید و به مدت ۳۵ دقیقه در فر با درجه حرارت ۱۸۰ درجه سانتیگراد بپزید.

در پایان زمان پخت سطح بیرونی براونی باید بسته و سفت شده باشد در حالی که مغز آن اندکی نرم است. بگذارید براونی در داخل قالب سرد شود. سپس آن را از قالب خارج کرده به صورت نوارهای باریک برش بزنید. براونی ها را با نیمه ای گردو تزئین کنید. می توانید مقداری شکلات سفید و شکلات تلخ را به طور جداگانه ذوب کنید و دو سر براونی ها را در شکلات سفید و تیره فر ببرید.



منبع : روزنامه شرق

<http://vista.ir/?view=article&id=11464>

برای تهیه انواع مربا نکات زیر را رعایت کنیم

- میوه را از نوع سالم و به‌طور متوسط رسیده انتخاب کنید تا مربای آن خوش‌رنگ‌تر و خوش طعم‌تر باشد و برای مدت بیشتری قابل نگهداری باشد.
- هر بار بیش از ۲ یا ۳ کیلو تهیه نکنید.
- مقدار شکر که در تهیه مربا مورد استفاده قرار می‌گیرد بستگی به طول مدت نگهداری مربا دارد. چنانچه قصد دارید برای مدت زیادی آن را نگه دارید، مقدار شکر بایستی حدود ۵/۱ برابر میوه باشد.
- اگر میوه آبدار است و نیاز به اضافه کردن آب ندارد، باید میوه و شکر را با هم مخلوط کرده و برای مدت ۲۴ ساعت کنار گذاشته شوند تا مقداری از آب به خارج تراوش کند.
- تهیه مربا از میوه ترش بایستی در کمترین مدت ممکن صورت گیرد. به همین دلیل بهتر است شربت قند قبلاً پخته و قوام آورده شود و میوه ترش برای مدت کوتاهی در آن بپزد.
- جهت جلوگیری از از شکرک زدن مرباها، باید به مربا کمی اسید (آبلیمو یا جوهر لیمو) اضافه کرد. بهتر است این عمل در پایان مرحله پخت مربا صورت گیرد.
- جدا کردن کف از روی مربا باید در پایان کار صورت گیرد. جهت جلوگیری از تولید کف، می‌توان به اندازه یک قاشق کره به آن اضافه کرد.
- پخت مربا بایستی سریع با شعله زیاد و منظم و ضمن هم زدن مرتب با کفگیر صورت گیرد. هر چه میوه ریزتر باشد، عمل حرارت دادن باید سریع‌تر انجام شود. در مورد میوه‌های درشت عمل پخت به آهستگی صورت می‌گیرد تا آب میوه به راحتی وارد شربت شده و قند شربت نیز به داخل میوه نفوذ پیدا کند.
- طبخ مربا بایستی در ظرف در باز صورت گیرد.
- مرباها را در ظروف شیشه‌ای کوچک بریزید تا بدین ترتیب پس از هر بار بازکردن در آن، طی مدت کوتاهی تمام شود.
- نگهداری مربا باید در مکانی سرد و خشک صورت گیرد.

<http://vista.ir/?view=article&id=8389>

برای تهیه دوغ گازدار

اول از همه باید ماست مناسبی انتخاب کنید. یعنی ماستی که یک دست و ترش باشد (اگر ترش نیست ماست را در ظرف سر بسته و به مدت ۳ روز در یخچال نگهداری میکنیم) سپس ماست را آنقدر هم میزنیم تا کاملاً براق شود آنگاه دو برابر ماست موجود آب به آن اضافه میکنیم و میزان نمک هم به دلخواه خواهد بود.

حال برای گازدار شدن دوغ کافیست دو حبه قند به آن اضافه کنیم سپس دوغ را به مدت ۱۰ دقیقه در ظرف سر بسته ای (کاملاً بسته و محکم) خوب هم میزنیم و بعد ظرف حاوی دوغ را در هوای آزاد به مدت یک هفته نگهداری میکنیم.

اکنون دوغ ما به همراه چند تکه یخ آماده میل کردن است. هرگز بیش از حد از قند برای گازدار کردن دوغ استفاده نکنید



منبع : بیرتک

<http://vista.ir/?view=article&id=91299>

بستنی

- مواد لازم:
- آب : دو فنجان ،
- شکر: یک فنجان،
- آب لیمو ترش : نصف فنجان،
- سفیده تخم مرغ : ۲ عدد
- طرز تهیه:
- آب و شکر را روی حرارت ملایم می گذاریم تا حدود ۱۰ دقیقه بجوشد.
- آب لیمو ترش را اضافه می کنیم. سپس حدود يك ساعت در فریزر می گذاریم تا خودش را بگیرد ولی سفت نشود.
- بعد از آن ، با همزن برقی آن را به هم می زنیم و سفیده های تخم مرغ را نیز به آن اضافه می کنیم . دوباره به هم می زنیم. پس از آن مجدداً مخلوط را در ظرف ریخته و در فریزر می گذاریم تا خودش را بگیرد. در پایان آن را با قاشق در بشقاب گذاشته و سرو می کنیم.



- برای بهتر شدن طعم و ظاهر این بستنی می توانید از پره های پوست گرفته شده لیمو هم استفاده کنید.
- برای تزئین نیز از کمی ژله لیمو و یک برش لیمو ترش می توانید کمک بگیرید.

منبع : ایران مانیا

<http://vista.ir/?view=article&id=81050>

بستنی انبه برای رژیم‌ها

• مواد لازم: ۲ عدد انبه، یک کیلو ماست کم چربی، نصف پیمانه آب پرتقال

• برای سس انبه: ۲ عدد انبه، ۲ قاشق سوپخوری آبلیموی تازه

انبه‌ها را پوست بگیرید و از هسته جدا کرده خرد کنید. آن را در یک دستگاه غذاساز بریزید و آب پرتقال و ماست را اضافه کرده، دستگاه را روشن کنید تا خوب مخلوط شوند.

این مخلوط را در یک قالب بریزید و در فریزر قرار دهید. پس از آنکه دور ظرف کریستال‌های یخ پدیدار شد ظرف را از فریزر خارج کنید و بستنی را خوب هم بزنید. این کار موجب می‌شود بستنی حالت یخی نداشته باشد.

دوباره قالب بستنی را در فریزر قرار دهید تا کاملاً بسته و سفت شود. حدود نیم ساعت یا یک ربع ساعت قبل از سرو کردن بستنی را در یخچال بگذارید تا کمی نرم شود. آن را با سس انبه سرو کنید.

برای تهیه سس: انبه‌ها را پوست بگیرید و از هسته جدا کرده خرد کنید. انبه را در یک دستگاه غذاساز یا مخلوط‌کن بریزید و آب لیموی تازه را اضافه کرده دستگاه را روشن کنید تا انبه را کاملاً خرد و به صورت سسی یک دست درآورد. سس را در یخچال بگذارید تا سرو شود.



بستنی را در ظروف گود کوچک ریخته سس انبه را روی آن بریزید و با چند خلال پوست لیموترش تزئین کنید.

منبع : روزنامه شرق

<http://vista.ir/?view=article&id=16615>

بستنی ایتالیایی

• مواد لازم:

- پودر ژلاتین: يك قاشق چایخوری
- شیر: يك دوم پیمانه
- کره بدون نمك: ۶۰ گرم
- وانیل شكري: ۲ قاشق چایخوری
- آب: يك قاشق غذاخوری
- سفیده تخم مرغ: ۳ عدد
- پودر شكر: يك دوم پیمانه
- آب لیمو: يك قاشق چایخوری
- شربت قند: يك قاشق غذاخوری
- بیسکویت: ۱۲۰ گرم



• طرز تهیه:

ابتدا آب را داخل يك كاسه كوچك بریزید و پودر ژلاتین را روی آن بپاشید و اجازه دهید تا ۲ الی ۳ دقیقه بماند تا نرم شود، پس از آن شیر، کره و وانیل را در قابلمه ای مخلوط کرده و روی حرارت ملایم قرار دهید، سپس این مواد را آرام به هم زنید تا شیر گرم و کره در آن آب شود. آنگاه قابلمه را از روی حرارت برداشته و ژلاتین را به آن اضافه کنید تا کاملاً حل شود، پس از آن بگذارید این مایه خنک شود و چندبار هم بزنید تا سفت نشود. پس از این مراحل سفیده ها را در كاسه بزرگی با همزن دستی یا برقی آن قدر به هم بزنید تا كاملاً سفت شود. سپس پودر شكر را به تدریج به سفیده ها اضافه کنید و به هم بزنید تا زمانی كه رنگ مایع تان كاملاً غلیظ شود، در این حین آب لیمو را نیز به آن اضافه کنید و به مدت ۳۰ ثانیه دیگر به هم بزنید.

پس از آن، مخلوط شیر را كه خنك شده به تدریج به مواد اضافه کنید و آرام مخلوط کنید.

در این مرحله مواد آماده شده را درون دستگاه بستنی‌ساز بریزید و در صورتی که این دستگاه را در اختیار نداشته باشید مواد را در ظرف پلاستیکی گودی بریزید و آن را در فریزر با درجه بالا قرار دهید.

بعد از دو ساعت مواد به تدریج سفت می‌شود، در این هنگام آن را از فریزر خارج نمائید و با همزن آن قدریزنید تا نرم و یکدست شود. و پس از آن بیسکویت خرد شده را به مواد اضافه کنید.

سپس در ظرف را محکم ببندید و دوباره آن را داخل فریزر با درجه کم بگذارید.

قبل از مصرف بستنی، آن را در مایکروویو قرار دهید تا کمی نرم شود، برای تزئین می‌توانید از گیلان وویفر استفاده نمایید.

منبع : خانواده سبز

<http://vista.ir/?view=article&id=74296>



بستنی جی جی باجی

- مواد لازم :
- بستنی شکلاتی .
- بستنی وانیل .
- بستنی نسکافه .
- خامه تازه .
- ژله .
- سس توت فرنگی .
- سس شکلات .
- سس پرتقال .
- موز .



- آناناس .
- گیلان .
- شوکو نی
- شکلات برای تزئین
- طرز تهیه :

اول مقداری ژله با سس توت فرنگی ته گیلان بریزید بعد بستنی ها را با سلیقه داخل لیوان قرار دهید . بعد موادی را که گفتم به اندازه روی بستنی قرار داده و تزئین نمایید فقط سعی کنید به علت شیرین بودن بستنی مقدار سس ها را کم بریزید که بستنی شما خوشمزه شود این دسر را خودم درست کردم . اسمش را برادرم خدا پیامرز گذاشت جی جی باجی

<http://cafeirani.blogfa.com/post-۲.aspx>

<http://vista.ir/?view=article&id=97680>



بستنی در زمستان!

می‌دانم. فصل زمستان است و خوردن بستنی خیلی نمی‌چسبد اما بستنی که امروز به شما یاد می‌دهم، یک دسر پرائزی و خوشمزه است که مخصوصا در روزهای سرد زمستان بدن شما را قوی می‌کند اما قول بده که وقتی سرما خورده‌ای، این بستنی را نخوری...

• مواد لازم:

- شیر: ۲۰۰ گرم
- عسل: ۲ قاشق غذاخوری
- آناناس خرد شده: یک فنجان



▪ خرمای خرد شده: یک فنجان

• طرز تهیه:

شیر را با عسل خوب به هم می‌زنیم. آناناس و خرما را به آن اضافه می‌کنیم و به هم می‌زنیم. آن را در یک قالب ژله می‌ریزیم و در فریزر می‌گذاریم تا یخ بزند. وقت خوردن بستنی آن را از قالب خارج می‌کنیم. به شکل حلقه حلقه می‌بریم و سر میز می‌آوریم. بستنی زمستانی ما آماده شده. نوش جان!



منبع : روزنامه سلامت

<http://vista.ir/?view=article&id=128970>

 **vista.ir**
Online Classified Service

بستنی سنتی

نوع مقدار

شیر پر چرب ۱ لیتر

شکر ۵۰۰ گرم

زعفران به مقدار لازم

ثعلب ۱ قاشق غذاخوری

گلاب نصف استکان

خامه معمولی ۱۰۰ گرم

خلال پسته ۵۰ گرم

اول شکر و ثعلب را مخلوط کرده و داخل شیر می ریزیم و بعد مقدار لازم زعفران به آن اضافه می کنیم و بعد گلاب را به آن اضافه می کنیم و در داخل فریزر قرار می دهیم تا یخ بزند و بعد مایع آماده شده را هر ده دقیقه یکبار مخلوط می کنیم تا سفت شود و خامه یخ زده را به صورت ریز شده به مایع اضافه و خلال پسته را به آن اضافه می کنیم تا شش ساعت بعد قابل مصرف شود.



منبع : شبکه جهانی جام جم

<http://vista.ir/?view=article&id=6128>

بستنی شاه‌توتی

تابستان فصل انواع توت‌ها از جمله شاه‌توت است. این میوه علاوه بر آنکه به صورت خام مورد استفاده قرار می‌گیرد، به‌خاطر طعم و رنگ بی‌نظیرش از آن در تهیه و تزئین انواع دسرهای فصلی نیز استفاده می‌کنند.

بستنی شاه‌توتی یکی از اینهاست.

• مواد لازم برای ۴ تا ۶ نفر:

- شاه‌توت؛ ۵ پیمانه یا ۵۰۰ گرم

- پودر قند؛ ۶ قاشق سوپ‌خوری یا ۷۵ گرم

- خامه؛ یک و یک‌چهارم پیمانه

- بیسکویت؛ چند عدد برای تزئین



- شاه‌توت؛ مقداری برای تزئین

• روش تهیه:

۱) شاه‌توت‌ها را داخل سبیدی بریزید و بشوید تا خاک و گرد و غبار آن از بین برود، سپس قابلمه‌ای آماده کنید و شاه‌توت را همراه ۲ قاشق سوپ‌خوری آب و پودر قند داخل قابلمه بریزید. در ظرف را بگذارید و مدت ۵ دقیقه روی شعله اجاق‌گاز قرار دهید تا نرم شود.

۲) سید فلزی یا پلاستیکی را روی کاسه‌ای قرار دهید و شاه‌توت‌های پخته را داخل سید بریزید؛ سپس با قاشق چوبی شروع به له کردن آنها کنید تا بالاخره بافتی نرم و یکدست شبیه پوره پیدا کند. بعد آن را چند دقیقه کنار بگذارید تا در هوای معمولی اتاق حرارتش کم شود و سپس به داخل یخچال منتقل کنید.

۳) با همزن دستی یا برقی شروع به زدن خامه کنید تا غلیظ شود؛ سپس پوره شاه‌توت را به آن اضافه کنید و پس از مخلوط کردن به مدت ۲ ساعت یا تا زمانی که به اصطلاح خودش را بگیرد، در فریزر قرار دهید.

۴) بعد از این مدت، مخلوط شاه‌توتی را از فریزر بیرون آورید و با چنگال شروع به له کردن آن کنید تا دانه‌های پودر قند خرد شود؛ این کار را در دستگاه غذاساز نیز می‌توانید انجام دهید. سپس دوباره مخلوط را به فریزر برگردانید و این‌بار بعد از ۴ ساعت یا بیشتر سرو کنید. البته در این فاصله نیز پس از گذشت ۲ ساعت، یک‌بار دیگر مواد را بیرون آورید و مانند بار قبل با چنگال یا دستگاه غذاساز با هم مخلوط کنید.

۵) در پایان مقداری از بستنی شاه‌توتی را با قاشق مخصوص به صورت گلوله درآورید و پس از ریختن در ظرف موردنظر، همراه با بیسکویت و شاه‌توت تازه سرو کنید.

منبع : همشهری آنلاین

<http://vista.ir/?view=article&id=108951>

بستنی شکلاتی

● مواد لازم: ۱۱۵ گرم شکلات خرد شده، ۱۵۰ میلی لیتر شیر، ۳۰۰ میلی لیتر خامه، ۵۰ گرم کشمش، ۵۰ گرم بیسکویت خرد شده، ۳۰ گرم گردوی خرد شده

شکلات را با شیر در ظرف کوچکی بریزید و روی اجاق گاز قرار دهید تا با حرارت ملایم گرم شود و شکلات در شیر ذوب شود. این مخلوط را کنار بگذارید تا سرد شود.

خامه را در ظرف دیگری بریزید و با همزن برقی بزنید تا فرم بگیرد. مراقب باشید خامه را بیش از اندازه هم نزنید تا به کره تبدیل نشود. سپس مخلوط



شکلات و شیر را به آن اضافه کنید و مرتب هم بزنید.

مایه بستنی را در یک ظرف یا قالب مناسب که بتوانید در فریزر قرار دهید بریزید و آن را داخل فریزر بگذارید تا زمانی که کریستال های یخ در لبه های ظرف دیده شوند. بستنی را از فریزر خارج کنید و خوب هم بزنید سپس بیسکویت، کشمش و گردو را در آن ریخته مخلوط کنید تا در تمام بستنی پراکنده شوند. بستنی را دوباره در فریزر قرار دهید تا کاملاً بسته شود. آن را با سس شکلات و بیسکویت سرو کنید.

سپیده سلیمی

منبع : روزنامه شرق

<http://vista.ir/?view=article&id=16613>

بستنی گردویی با قهوه

- مواد لازم؛
 - دو فنجان شکر
 - دو قاشق غذا خوری قهوه
 - سه فنجان آب گرم
 - یک دوم فنجان آب سرد
 - یک چهارم فنجان ذرت له شده (پودر شده)
 - یک فنجان گردوی تکه تکه شده
 - یک چهارم فنجان کره

شکر را به آرامی روی گاز حرارت دهید تا طلایی رنگ شود، در عین حال آن را دائما به هم بزنید. آن را از روی اجاق بردارید. سپس قهوه را در آب جوش حل کنید و بعد آن را به شکر اضافه کنید. دوباره مخلوط قهوه و شکر را روی گاز حرارت دهید تا شکرش کاملا حل شود. آب سرد و ذرت را با هم مخلوط کرده و سپس آن را به مخلوط قهوه و شکر اضافه کنید. سپس آن را ۲ دقیقه دیگر حرارت دهید و به هم بزنید. کره و تکه های گردو را به آن اضافه کنید. آن را در ظرف بریزید و داخل فریزر قرار دهید.

منبع : روزنامه کارگزاران

<http://vista.ir/?view=article&id=81733>



بستنی ماستی ریواس و زنجبیل

اگر در این گرمای هوا، از خوردن بستنی – آن هم فقط به خاطر داشتن رژیم چاقی – صرف نظر می کنید، به شما مژده می دهیم که برای درست کردن بستنی راه های دیگری هم وجود دارد که نه تنها چاق کننده نیستند بلکه بسیار پرخاصیت هم هستند.

بستنی ماستی ریواس و زنجبیل یکی از همین نمونه هاست که هم چربی کمی دارد و هم سرشار از کلسیم و پتاسیم است؛ در ضمن به خاطر وجود زنجبیل در ترکیب آن، برای هضم غذا و ناراحتی های معده و روده نیز مفید است.

• مواد لازم برای ۶ نفر:

- ماست کم چرب معمولی؛ ۳۰۰ گرم یا یک و نیم پیمانه

- پنیر ماسکارپونه؛ ۲۰۰ گرم یا یک پیمانه

- ریواس خرد شده؛ ۲۵۰ گرم یا ۳ پیمانه

- عسل؛ ۳ قاشق سوپ خوری



- زنجبیل تازه؛ ۳ تکه کوچک (خلالی خرد شود)

• روش تهیه:

(۱) ماست و پنیر ماسکارپونه را در کاسه ای بلوری بریزید و با همزن دستی یا برقی خوب مخلوط کنید. سپس کاسه را به مدت یک ساعت داخل فریزر قرار دهید.

(۲) در این فاصله، ریواس و زنجبیل را به همراه عسل در قابلمه ای بزرگ بریزید و ۵ قاشق سوپ خوری آب به آن اضافه کنید. حالا در ظرف را بگذارید و قابلمه را روی شعله کم اجاق گاز قرار دهید تا ریواس و زنجبیل در اثر حرارت، نرم شده و بپزند. برای این منظور معمولاً نیم ساعت زمان لازم است. پس از آن، قابلمه را از روی اجاق گاز بردارید و کنار بگذارید تا سرد شود.

(۳) مخلوط ریواس و زنجبیل پخته و سرد شده را داخل دستگاه غذاساز یا خردکن بریزید تا پوره ای یکدست حاصل شود.

۴ (حالا دیگر زمان آن رسیده تا مخلوط ماستی را که نیمه‌یخ‌زده شده است، از فریزر بیرون آورید و به پوره ریواس و زنجبیل موجود در دستگاه خردکن اضافه کنید. دوباره دستگاه را روشن کنید تا همزمان با مخلوط‌شدن ماست با پوره ریواس و زنجبیل، یخ‌های ماست نیز خرد شود.

۵ (مخلوط حاصل را دوباره داخل ظرف مخصوص فریزر بریزید و ۲ ساعت دیگر در فریزر قرار دهید. پس از این مدت، مواد را با قاشق با هم مخلوط کنید، سپس دوباره ظرف را در فریزر قرار دهید و صبر کنید تا بستنی کاملاً سفت شود و بعد سرو کنید.

نکته یک (رنگ صورتی بستنی به‌خاطر استفاده از ریواس قرمز است. اگر ریواس مورد‌استفاده شما قرمز نبود، در مراحل درست‌کردن بستنی، کمی رنگ قرمز خوراکی به آن اضافه کنید.

نکته ۲ (برای اینکه قالب‌زدن بستنی راحت‌تر شود، یک‌ربع پیش از سرو آن را از فریزر به یخچال منتقل کنید.

منبع : همشهری آنلاین

<http://vista.ir/?view=article&id=107618>

 **vista.ir**
Online Classified Service

بستنی مخصوص سرآشپز

- مواد لازم:
- نیم لیتر بستنی شکلاتی
- نیم لیتر بستنی وانیلی
- یک عدد موز
- یک گرم شکلات خرد شده
- یک بسته بیسکویت مادر
- طرز تهیه:

یک ظرف مستطیلی پیرکس مانند که بتوان آن را در فریزر قرار داد، آماده کنید. یک لایه یک سانتی‌متری بستنی وانیلی در انتهای ظرف قرار دهید و



صاف کنید. موز را در قطعات کوچک خرد و در روی بستنی وانیلی پخش کنید. یک لایه بستنی شکلاتی به آن اضافه و روی بستنی شکلاتی، قطعات خرد شده بیسکویت مادر را بپاشید. روی تکه‌های بیسکویت یک لایه



بستنی وانیلی و شکلاتی را که در ظرف دیگری اندکی با هم مخلوط کرده‌اید، قرار دهید. تکه‌های شکلات را روی آن بپاشید. بستنی را تا زمان سرو در داخل فریزر قرار دهید. برای سرو بستنی مخصوص سرآشپز هم می‌توانید از همین ظرف استفاده کنید و هم می‌توانید بستنی آماده شده را در قطعات مکعب مستطیل ببرید و روی یکدیگر بچینید.

منبع : روزنامه کارگزاران

<http://vista.ir/?view=article&id=122445>

 **vista.ir**
Online Classified Service

بستنی وانیلی

- مواد لازم؛
 - دو پیمانه شیر،
 - شش عدد زرده تخم مرغ بزرگ،
 - سه چهارم پیمانه شکر،
 - دو پیمانه خامه چرب فریز شده،
 - یک قاشق چایخوری وانیل
- طرز تهیه؛

وانیل را در شیر بریزید و روی گاز حرارت دهید. زرده تخم مرغ و شکر را با سرعت متوسط سه تا پنج دقیقه بزنید تا سبک شود. بقیه تخم مرغ ها را هم به همین ترتیب اضافه کنید. شیر را دوباره روی حرارت قرار دهید. با دیدن



نخستین نشانه های جوش، نصف پیمانه از شیر را به مخلوط زرده تخم مرغ اضافه کرده با سرعت کم همزن، بزنید. این کار را ادامه دهید تا تمامی شیر را اضافه کنید و خوب با هم مخلوط شوند. ظرف را روی حرارت کم قرار داده با قاشق چوبی به مدت سه تا پنج دقیقه دائم به هم بزنید. وقتی جای قاشق چوبی روی این کرم در بیاید، مایه شما آماده است.

ظرف بزرگی را با آب و یخ پر کنید. ظرف را از روی حرارت برداشته و بلافاصله خامه فریز شده را با آن مخلوط کنید و آن را در ظرف حاوی آب و یخ قرار دهید. مخلوط را به طور مرتب هم بزنید تا خنک شود. حال می توانید کمی دیگر وانیل به آن اضافه کنید. روی ظرف را بپوشانید و آن را به مدت نیم ساعت یا بیشتر در فریز قرار دهید. در صورتی که بستنی ساز در دسترس دارید می توانید بستنی منسجم تری داشته باشید. مواد را در آن بریزید و به مدت چهار ساعت در یخچال قرار دهید.

منبع : روزنامه کارگزاران

<http://vista.ir/?view=article&id=82446>

 **vista.ir**
Online Classified Service

بستنی یخی با طعم لیمو

• مواد لازم :

• ۲ فنجان آب

• ۱ فنجان شکر

• ۵/۱ فنجان آب لیمو ترش

• ۲ عدد سفیده ی تخم مرغ

• طرز تهیه :

۱) آب و شکر را روی حرارت ملایم می گذاریم تا حدود ۱۰ دقیقه بجوشد.

۲) آب لیمو ترش را اضافه می کنیم. سپس حدود یک ساعت در فریزر می گذاریم تا خودش را بگیرد ولی سفت نشود.



۳) بعد از آن ، با همزن برقی آن را به هم می زنیم و سفیده های تخم مرغ را نیز به آن اضافه می کنیم . دوباره به هم می زنیم. پس از آن مجدداً مخلوط را در ظرف ریخته و در فریزر می گذاریم تا خودش را بگیرد. در پایان آن را با قاشق در بشقاب گذاشته و سرو می کنیم.

▪ نکات تغذیه ای :

بستنی یکی از اشتها برانگیزترین دسرهای محبوب همه ما است . با توجه

به گرمای فصل تابستان تهیه بستنی یخی با طعم لیمو که منبع خوبی از ویتامین C است، در منزل خالی از لطف نخواهد بود.



<http://gourmand.blogfa.com/۸۶۰۴.aspx>

<http://vista.ir/?view=article&id=112664>

 **vista.ir**
Online Classified Service

بسکویت نمکی

• مواد لازم:

▪ خامه= ۲/۱ پیمانه

▪ شیر= ۲/۱ پیمانه

▪ نمک= ۲/۱ قاشق مرباخوری

▪ آرد= ۱ و ۲/۳ پیمانه

▪ بیکینگ پودر= ۳ قاشق مرباخوری

• طرز تهیه:

خامه و شیر را در ظرف گودی با همزن دستی بزنید تا یکدست شود. بعد



نمک را اضافه کرده و دوباره هم بزنید. مواد خشک را در ظرف دیگری با هم الک کنید. (۳ بار این کار را انجام دهید) و به مایه بالا اضافه کنید و هم بزنید تا خمیری یکنواخت بدست آید. به طور متوالی از این خمیر به اندازه یک قاشق سوپخوری برداشته، گلوله کنید و در سینی فر چرب شده قرار دهید و در



فری که از قبل با حرارت ۱۹۰ درجه سانتیگراد گرم شده، به مدت ۱۵ الی ۲۰ دقیقه بگذارید؛ تا زمانی که پخت کامل صورت گیرد و کمی طلایی شود. شیرینی ها را از فر خارج کنید و روی پنجره سیمی خنک کنید. شیرینی ها آماده سرو می باشند.

منبع : آشپزآنلاین

<http://vista.ir/?view=article&id=80822>

 **vista.ir**
Online Classified Service

بفرمایید باقلووا

باقلوای قزوین مهم ترین سوغات این استان است که در سایه باقلوای یزد دیده نشده است.

به ادعای قزوینی ها باقلوایی که در این شهر پخته می شود از باقلوای یزد و اصفهان و شیراز خوردنی تر است چرا که تنوع مزه در این شیرینی کوچک بیشتر از همتایان همنامش در استان های دیگر است.

مواد اولیه باقلوای قزوین عبارت است از: قند بادام، قند پسته، مواد معطر، قند زعفران، گلاب، هل و آرد. این مواد اولیه است که تبدیل می شود به باقلوای لوزینه، باقلوای پیچ و معروف ترین باقلوای قزوینی



یعنی باقلوا پرچمی.

همه تولیدکنندگان قزوینی باقلوا اعتقاد دارند نمی شود پختن باقلوا را شفاهی گفت و حتماً باید شما در کارگاه حضور پیدا کنید. برای پختن باقلوا ابتدا آرد و آب را با هم مخلوط کنید تا خمیرتان آماده شود و بعد لایه ای از این خمیر را کف سینی بزرگ فلزی پهن کنید البته زمانی که سینی را کاملاً با روغن چرب کرده باشید. بعد در لایه اول باید قند زعفران را روی خمیر بمالید، در لایه دوم قند بادام و در لایه سوم قند پسته. برای درست کردن قند بادام باید مغز سفید بادام را با قند چرخ کنید. برای درست کردن قند پسته و قند زعفران هم باید مغز پسته و زعفران را با قند چرخ کنید. روی همه این مخلوط باید یک لایه دیگر خمیر پهن کنید و سینی را در فر بگذارید تا خوب بپزد. در مرحله آخر روی آن شربت زعفران می ریزید و بعد به شکل لوزی های مساوی می برید. باقلوای پرچمی شما آماده است. گرچه مدیر يك قنادی از مشکلاتی برای تهیه مواد اولیه مورد نیاز باقلوا سخن می گوید و از تفاوت نرخ مصوب اتحادیه و نرخ قنادی ها صحبت می کند اما مدیر قنادی دیگرتنها مشکل باقلوا را تلخ بودن گاه به گاه بادام های آن می داند. او می گوید: قیمتی که اتحادیه برای باقلوا تصویب و ابلاغ می کند موجب می شود کیفیت باقلوای قزوین پایین بیاید با وجود این، باقلوای قزوین هنوز هم همان سوغات اول قزوین مانده است. او ادامه می دهد: «قیمت اگر به روز نباشد برای ما صرف ندارد اما اتحادیه هم سعی می کند منافع تولیدکنندگان باقلوا را در نظر بگیرد.» قناد اما از این گله دارد که باقلوای قزوین را آن طور که باید معرفی نکرده اند و باقلوای قزوین در سایه باقلوای یزد مانده است. این در شرایطی است که به ادعای او کیفیت باقلوای قزوین خیلی بالاتر از باقلوای یزد است. به هر حال از قدیم گفته اند «شنیدن کی بود مانند دیدن»، البته اینجا جای «دیدن» را باید با «خوردن» عوض کنید؛ می ماند کمی زحمت برای سفر به قزوین، به هر حال خوردن باقلوا به زحمتش می ارزد، امتحان کنید.

مژگان محمدی

منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=10734>

بوی خوش شیرینی

شیرینی بهترین چیزی است که می‌توانید آن را زینت‌بخش بعدازظهرهای خانواده‌تان کنید.

طرف شیرینی به همراه چایی یا نسکافه حکایت از بعدازظهر دلنشینی دارد. می‌توانید این شیرینی‌ها را از مغازه شیرینی‌فروشی سر کوچه هم بخرید اما تصور کنید که چه لذتی خواهند برد خانواده‌تان وقتی که از در وارد شوند و بوی پخت شیرینی در فضای خانه پیچیده باشد. هرچند گاهی محرومشان نکنید.

شیرینی مربایی

• مواد لازم:

• آرد: ۲ لیوان

• ۵۰۰ گرم، بیکینگ‌پودر

• یک قاشق مرباخوری، نمک

• یک قاشق مرباخوری، تخم‌مرغ

• ۳ عدد، شکر

• ۵/۱ لیوان، ماست

• ۱ لیوان، کره

• ۷ قاشق غذاخوری

• وانیل: به مقدار لازم

• مربای توت‌فرنگی: به مقدار لازم

• طرز تهیه:

قالب‌های مخصوص مافین را با کره چرب کرده و تمام سطح آن را کمی آرد بپاشید تا مافین‌ها به قالب نچسبند.

آرد و بیکینگ‌پودر و نمک را در ظرفی با هم مخلوط کنید. در ظرف دیگری کره و تخم‌مرغ را با هم مخلوط کرده و خوب هم بزنید. سپس ماست، کره و وانیل را به مخلوط اضافه کنید و هم بزنید. بعد مخلوط آرد را به آن اضافه کرده و خوب هم بزنید تا مواد نرم و لطیفی به دست آید. در تمام قالب‌های مافین، یک قاشق غذاخوری از مواد بریزید و بعد روی آنها را با مربای توت‌فرنگی بپوشانید. بعد یک لایه دیگر از مواد را روی آن بریزید، به‌طوری که



مربا در وسط قرار بگیرد. قالب‌ها را به مدت ۲۰ تا ۳۰ دقیقه با حرارت ۱۷۰ درجه سانتیگراد در فر بگذارید تا مافین‌ها طلایی‌رنگ شوند. بعد آنها را خارج کرده و بعد از خنک شدن به دلخواه تزئین کنید.

منبع : روزنامه تهران امروز

<http://vista.ir/?view=article&id=90900>

 **vista.ir**
Online Classified Service

بیسکویت

•مواد لازم :

- آرد سفید :: دو پیمانه
- تخم مرغ زده شده :: دو عدد
- شکر :: يك پیمانه
- پوست پرتقال رنده شده :: نصف قاشق چایخوری
- وانیل :: نصف قاشق چایخوری
- بکینگ پودر :: يك چهارم قاشق چایخوری
- پسته بو داده شده :: دو سوم پیمانه
- بادام زمینی بو داده شده :: يك سوم پیمانه



•طرز تهیه :

آرد را در يك ظرف ریخته و تخم مرغ، شکر، پوست پرتقال رنده شده، وانیل و بکینگ پودر را به آن اضافه نمایید. مواد را خوب ورز دهید تا خمیر یکدستی به دست آید. پسته و بادام زمینی را به آن اضافه کرده و خمیر را به دو قسمت مساوی تقسیم کنید. سپس خمیر را به طول ۲۰ سانتیمتر رول نمایید. بعد از آن رول‌ها را داخل ظرف فر که درون آن کاغذ روغنی قرار داده اید، بگذارید. ظرف را به مدت ۳۰ دقیقه در طبقه ی وسط فر با حرارت ۳۵۰ درجه ی فارنهایت (۱۸۰ درجه ی سانتیگراد) قرار دهید.

ظرف را از فر بیرون آورده و اجازه دهید تا خنک شود. در نهایت رول ها را به اندازه ی يك سانتیمتری برش داده و دوباره آنها را به مدت ۲۵ دقیقه ی دیگر داخل فر قرار دهید. بعد از بیرون آوردن برش ها مجدداً بگذارید تا خنک شود.

<http://vista.ir/?view=article&id=72742>



بیسکویت با قطعات شکلات

مواد لازم: مقدار

آرد سفید: ۲۲۵ گرم

بیکنینگ پودر: دو قاشق چای خوری

نمک : يك چهارم قاشق چای خوری

کره یا مارگارین: ۱۰۰ گرم

شکر : ۱۰۰ گرم

رنده پوست يك عدد پرتقال

شکلات ساده خرد شده : ۷۵ گرم

تخم مرغ زده شده : يك عدد

آرد را در ظرف گودی همراه با بیکنینگ پودر و نمک الک کنید. کره را که از قبل در دمای اتاق قرار داده اید تا کمی نرم شود، به آن اضافه کرده، با دست مخلوط کنید تا مخلوط به صورت خرده های مغز نان درآید. شکر، پوست پرتقال و شکلات را اضافه کنید و خوب مخلوط نمایید. تخم مرغ را بیفزایید و مخلوط کنید تا خمیر نسبتاً سفتی به دست آید.

خمیر را به ۱۲ قسمت تقسیم کنید و هر يك را به صورت دایره ای روی يك قطعه کاغذ روغنی که در سینی فر انداخته اید، قرار دهید. در میان دایره های خمیری فاصله کافی برای پف کردن بیسکویت در نظر بگیرید.

بیسکویت ها را به مدت ۲۰ دقیقه یا تا زمانی که پف کرده و طلایی شوند در فر با دمای ۲۰۰ درجه سانتی گراد بپزید. این بیسکویت ها را می

توانید تا سه روز نگاه دارید.

منبع : روزنامه شرق

<http://vista.ir/?view=article&id=6222>



بیسکویت دو رنگ

• مواد لازم:

آرد یک و نیم فنجان

بکینگ پودر یک چهارم قاشق چای خوری

نمک یک چهارم قاشق چای خوری

کره نیم فنجان

شکر سه چهارم فنجان

وانیل نیم قاشق چای خوری

تخم مرغ یک عدد

کاکائو ۳ قاشق غذاخوری

درجه فر: ۳۵۰ درجه فارنهایت (۱۷۵ درجه سانتی گراد) به مدت ۱۵ - ۱۰ دقیقه

• طرز تهیه:

سه مورد اول را با هم مخلوط کرده کنار می گذاریم، بقیه مواد را به جزء کاکائو با هم مخلوط می کنیم و خوب هم می زنیم و بعد سه مورد اول را به آن می افزاییم و خمیر درست می کنیم. خمیر را به دو قسمت تقسیم می کنیم و به یک قسمت پودر کاکائو اضافه می کنیم. خمیرها را در ۲ نایلون جداگانه به مدت ۲ تا ۳ ساعت در یخچال نگه می داریم. بعد خمیر سفید را به اندازه ۴۰*۱۵ سانتی متر باز می کنیم که ضخامت آن کمتر از ۱ سانتی متر باشد خمیر شکلات را نیز جداگانه به همین اندازه باز می کنیم و به آرامی روی خمیر اول می گذاریم و کمی با وردنه خمیر را باز می کنیم

که ۲ خمیر به هم بچسبد و به صورت رولت آنرا لوله می کنیم و یک روز در یخچال قرار می دهیم و روز بعد دایره های یک سانتیمتری از آن می بریم و در داخل فر قرار می دهیم.

کاترین گزوزیان

منبع : نشریه بهکام

<http://vista.ir/?view=article&id=12428>



بیسکویت شکلاتی

بچه ها به این بیسکویت های شکلاتی علاقه زیادی دارند. برای جذاب تر کردن آنها می توانید قطعات شکلات را با اسما رتیزهای رنگی جایگزین کنید.

• مواد لازم:

- ۲۰۰ گرم کره، ۲۰۰ گرم شکر
- ۱۶۰ گرم شکر قهوه ای، ۴ عدد تخم مرغ
- ۵۰ گرم آرد، نوک قاشق چایخوری نمک
- ۲۰ گرم بکینگ پودر، نوک قاشق چایخوری جوش شیرین
- ۱۰۰ گرم خلال پسته، ۱۵۰ گرم دکمه های ریز شکلاتی یا شکلات معمولی خرد شده

• طرز تهیه:

فر را با حرارت ۱۶۰ درجه سانتیگراد روشن کنید تا گرم شود. سینی فر را با کمی روغن چرب کنید. کره را با شکر و شکر قهوه ای مخلوط کرده و با همزن



برقی بزنید تا رنگ آن روشن شود و سپس تخم مرغ ها را یکی یکی اضافه کنید و هم بزنید. بکینگ پودر و جوش شیرین را با نمک به آرد اضافه کنید. سپس آنها را در مخلوط تخم مرغ و کره الک کنید و هم بزنید.

در آخر خلال پسته و شکلات را اضافه کنید و خوب مخلوط کنید. خمیر را در یک کیسه فریزر گذاشته و دست کم یک ساعت کنار بگذارید تا ور آمده و آماده شود. برای هر بیسکویت حدود ۳۰ گرم از خمیر را جدا کرده، در دست ابتدا به صورت یک گلوله و سپس به شکل یک دایره درآورید و با رعایت

فاصله کافی جهت پف کردن بیسکویت ها آنها را در سینی فر بچینید. بسکویت ها را به مدت ۱۲ تا ۱۵ دقیقه یا تا زمانی که طلایی شوند در فر بپزید. گفتنی است این بیسکویت ها به رغم داشتن کالری بالا به جای وعده غذایی اصلی توصیه نمی شود. بهتر است به عنوان میان وعده بین غذاهای اصلی صرف شود.



منبع : روزنامه شرق

<http://vista.ir/?view=article&id=84158>

 **vista.ir**
Online Classified Service

بیسکویت کشمشی

● مواد لازم:

کره دوسوم فنجان

شکر سه چهارم فنجان

وانیل یک قاشق چای خوری

تخم مرغ یک عدد

شیر چهار قاشق چای خوری



آرد یک و نیم فنجان
بکینگ پودر یک و نیم قاشق چای خوری
نمک یک چهارم قاشق چای خوری
کشمش یک فنجان
درجه حرارت طبخ: ۱۷۵ درجه سانتی گراد
مدت طبخ: ۱۵-۱۰ دقیقه



• طرز تهیه:

کره و شکر را خوب مخلوط کرده، تخم مرغ را اضافه می کنیم سپس خوب مخلوط می کنیم. شیر و آرد را اضافه کرده و در آخر بکینگ پودر و نمک را می افزائیم. کشمش را به مخلوط اضافه کرده و خوب هم می زنیم.
سینی فر را با کاغذ روغنی می پوشانیم با قاشق چای خوری از مایع روی کاغذ روغنی می ریزیم و با فاصله ۳ تا ۴ سانتیمتری از هم این کار را تکرار می کنیم و طبخ می کنیم.

کاترین گروزیان

منبع : نشریه بهکام

<http://vista.ir/?view=article&id=12269>

 **vista.ir**
Online Classified Service

بیسکویت مرپایی

مواد لازم : مقدار
کره یا مارگارین : ۲۲۵ گرم
پودر قند: ۲۲۵ گرم





تخم مرغ زده شده : دو عدد

اسانس وانیل: چند قطره

آرد سفید : ۴۵۰ گرم

مربا یا مارمالاد توت فرنگی یا زردآلو: مقداری

آرد را در ظرف گودی الک کنید و کره و پودر قند را در ظرفی دیگر با هم مخلوط کرده، به صورت کرم درآورید. تخم مرغ را به مخلوط کره و پودر قند بیفزایید و سپس وانیل را اضافه کنید. آرد را به این مخلوط بیفزایید و آن را به صورت خمیر نرمی درآورید. خمیر را روی سطحی که کمی آرد روی آن پاشیده اید،

قرار داده و خوب ورز دهید. خمیر را با وردنه به قطر حدود ۳ میلی متر باز کنید و به صورت دایره های کوچک و یا هر قالب دلخواه دیگری قالب بزنید. در صورتی که از قالب گرد استفاده می کنید، جزئیات صورتك را با ایجاد دو دایره خالی به جای چشم ها و يك شكاف به عنوان دهان صورتك روی نیمی از دایره ها اجرا کنید. بیسکویت ها را در سینی فری که از قبل با يك قطعه كاغذ روغنی پوشانده اید، بچینید و به مدت ۱۵ دقیقه یا تا زمانی که طلایی شوند، در فر با درجه حرارت ۱۹۰ درجه سانتی گراد یا ۳۷۵ درجه فارنهایت بپزید. سپس با سینی از فر خارج کرده، بگذارید در سینی سرد شوند. پس از آنکه کمی سرد شدند از سینی خارج کرده و روی شبکه سیمی کاملاً سرد کنید.

پس از سرد شدن کامل بیسکویت ها روی بیسکویت های ساده کمی مارمالاد بمالید و يك بیسکویت با طرح صورتك را روی آن قرار دهید. در میان این بیسکویت ها می توانید انواع مارمالاد از قبیل مارمالاد تمشك، پرتقال و یا شکلات بریزید. همچنین با انواع قالب ها می توانید بیسکویت هایی با طرح های متنوع و مختلف درست کنید.

منبع : روزنامه شرق

<http://vista.ir/?view=article&id=6223>

 **vista.ir**
Online Classified Service

بیسکویت نارنگیلی

▪ مواد لازم: آرد سفید دویست و پنجاه گرم یا دو پیمانه روغن جامد صد و پنجاه گرم یا یک و یک چهارم پیمانه

پودر نارگیل صد و بیست و پنج گرم یا دو و یک چهارم پیمانه پودر قند صد و هفتاد و پنج یا یک و نیم پیمانه

▪ طرز تهیه: روغن و پودر قند را مخلوط کرده با همزن می زنیم تا کرم رنگ شود. آرد را افزوده، سپس پودر نارگیل را اضافه می کنیم و خمیر را حدود یک ساعت می گذاریم تا ور آید. بعد آن را روی سطح صاف پهن کرده، قالب می زنیم. جهت تزئین سفیده یا زرده تخم مرغ می کشیم.(ترافل یا پودر پسته نیز می شود). در فر با حرارت صد و هفتاد و پنج درجه سانتی گراد حدود پانزده دقیقه قرار می دهیم.

• نکات مورد توجه:

(۱) برای خوشمزه شدن بهتر است میزان آرد و نارگیل برابر باشد .

(۲) قطر خمیر برای قالب زدن نیم تا یک سانت باشد.

(۳) برای جدا شدن راحت تر قالبها از خمیر، کاردک را از زیر و وسط خمیر بزنید.

(۴) می توانید از سفیده تخم مرغ زده شده برای روی بیسکویت استفاده کنید.



منبع : سایت آسمونی

<http://vista.ir/?view=article&id=14621>

 **vista.ir**
Online Classified Service

بیسکویتی

▪ مواد لازم :

آرد سفیددو پیمانه

تخم مرغ زده شده دو عدد

شکر يك پیمانه

پوست پرتقال رنده شده نصف قاشق چایخوری

وانیل نصف قاشق چایخوری



بیکنگ پودر يك چهارم قاشق چایخوری

پسته بو داده شده دو سوم پیمانه

بادام زمینی بو داده شده يك سوم پیمانه

▪ طرز تهیه :

آرد را در يك ظرف ریخته و تخم مرغ، شکر، پوست پرتقال رنده شده، وانیل و بیکنگ پودر را به آن اضافه نمایید. مواد را خوب ورز دهید تا خمیر یکدستی به دست آید. پسته و بادام زمینی را به آن اضافه کرده و خمیر را به دو قسمت مساوی تقسیم کنید. سپس خمیر را به طول ۲۰ سانتیمتر رول نمایید. بعد از آن رول ها را داخل ظرف فر که درون آن کاغذ روغنی قرار داده اید، بگذارید. ظرف را به مدت ۳۰ دقیقه در طبقه ی وسط فر با حرارت ۳۵۰ درجه ی فارنهایت (۱۸۰ درجه ی سانتیگراد) قرار دهید. ظرف را از فر بیرون آورده و اجازه دهید تا خنک شود. در نهایت رول ها را به اندازه ی يك سانتیمتری برش داده و دوباره آنها را به مدت ۲۵ دقیقه ی دیگر داخل فر قرار دهید. بعد از بیرون آوردن برش ها مجدداً بگذارید تا خنک شود. میتوانید این شیرینی را همراه با چای به عنوان عصرانه میل کنید.

منبع : سایت گل پسر

<http://vista.ir/?view=article&id=7154>

 **vista.ir**
Online Classified Service

پاستیل ژله ای



- مواد لازم :
- پکتین ۱۰ گرم
- پودر تارتار ۱۰ گرم
- گلوکز مایع ۱۰۰ گرم
- شکر ۴۵۰ گرم
- آب ۵۰۰ میلی لیتر
- شکر اضافی ۱۲ گرم
- اسانس دلخواه و رنگ مجاز به میزان لازم
- طرز تهیه:

ابتدا پکتین را همراه ۴۵۰ گرم شکر کاملا مخلوط کرده و همراه آب روی

حرارت قرار می دهیم تا کاملا شکر در آن حل شود.

سپس گلوکز مایع را به مواد روی حرارت می افزاییم. بعد از چند دقیقه پودر تارتار را در کمی آب سرد حل کرده و به باقی مواد اضافه می کنیم و اجازه می دهیم تا مواد به جوش آید و غلیظ شود. برای تعیین غلظت می توانیم مقداری از مواد را در یک ظرف بریزیم. اگر مواد سریعاً بسته شد، یعنی غلیظ شده است.

در این مرحله چند قطره اسانس به همراه رنگ دلخواه را می افزاییم.

سپس در سینی تقریباً گودی که سطح آن را با شکر نم دار (مخلوط شکر با کمی آب) پوشانده ایم ، می ریزیم و با قالب مخصوص آن را قالب می زنیم.

بعد از این در فر قرار می دهیم و دوباره روی سطح پاستیل ها را با شکر نم دار می پوشانیم.

۳۰ دقیقه صبر می کنیم تا پاستیل ها آماده شود.

منبع : نو ماه دات کام

<http://vista.ir/?view=article&id=107221>

پانی تایم کوکیز

- مواد لازم:
 - آرد: ۲ پیمانه
 - نمک: یک‌هشتم قاشق چایخوری
 - پودر بادام: یک پیمانه
 - پودر قند: یک و یک‌سوم پیمانه
 - کره: یک و یک‌دوم پیمانه
 - وانیل شکری: یک‌چهارم قاشق چایخوری
 - جوش شیرین: یک‌چهارم قاشق چایخوری
 - زرده تخم‌مرغ: ۲ عدد
 - بادام: یک‌دوم پیمانه
- طرز تهیه:



فر را روی حرارت ۲۵۰ درجه فارنهایت روشن کرده تا گرم شود. کره و پودر قند را با همزن برقی بزنید تا لطیف شود. یک عدد زرده تخم‌مرغ و وانیل را اضافه کرده و با همزن بزنید تا کرم‌رنگ و کشدار شود. سپس پودر بادام و جوش شیرین و آرد را اضافه کنید و ورز دهید تا خمیر به دست نچسبد. خمیر را پهن کرده، سپس قالب بزنید و بعد، یک عدد زرده تخم‌مرغ باقیمانده را با برس روی هر شیرینی بمالید و یک عدد بادام روی شیرینی‌ها بگذارید و در طبقه وسط فر ۲۰ دقیقه قرار دهید تا شیرینی‌ها بپزند. سینی را از فر بیرون آورده، بعد از ۲ دقیقه شیرینی‌ها را روی پنجره فلزی قرار دهید تا سرد شوند.

منبع : روزنامه تهران امروز

<http://vista.ir/?view=article&id=99801>

پای زردآلو

عصرهای بهاری و تابستانی، زمان مناسبی برای خوردن یک فنجان چای و یک تکه شیرینی است تا خستگی یک روز بلند از تن بیرون رود؛ پس چه بهتر که این شیرینی، خانگی و تازه باشد تا لذت آن هم چندبرابر شود.

• مواد لازم برای ۱۲ نفر:

- آرد گندم؛ ۲۵۰ گرم

- کره؛ ۱۲۰ گرم

- شیر؛ یک قاشق سوپخوری

- شکر؛ ۱۰۰ گرم

- زرده تخم مرغ؛ ۲ عدد



- نمک؛ نوک قاشق چایخوری

- زردآلو؛ ۶۰۰ گرم

- تخم مرغ؛ یک عدد (برای روی پای)

- پودر قند برای تزیین

• روش پخت:

۱) آرد، شکر، کره، شیر، نمک و زرده تخم مرغ را در کاسه‌ای بریزید و آنقدر هم بزنید تا خمیری نرم حاصل شود. سپس خمیر را با دست به شکل گلوله درآورید و میان یک تکه پلاستیک ببیچید. بعد خمیر را به مدت یک ساعت در یخچال قرار دهید تا استراحت کند.

۲) باقیمانده کره را در کاسه کوچکی بریزید و روی حرارت قرار دهید تا آب شود. حالا قالب پای یا تارت را با کره خوب چرب کنید.

۳) زردآلوه‌ها را شسته و پس از دو نیم کردن، هسته‌هایشان را خارج کنید. در این فاصله، فراجاق گاز را روی حرارت ۲۲۵ درجه سانتی‌گراد (۴۴۰ درجه فارنهایت) یا شماره هفت روشن کنید تا گرم شود.

۴) روی سطحی صاف مانند سیننی یا کابینت، مقداری آرد پاشید. ابتدا نیمی از خمیر را با استفاده از وردنه و باتوجه به ابعاد قالب به شکل گرد، باز کرده و کف قالب پهن کنید؛ سپس زردآلوه‌های نیمه شده را روی خمیر بچینید.

۵) باقیمانده خمیر را نیز با همان روش قبلی بر سطح پوشیده شده از آرد باز کرده و روی زردآلوه‌ها پهن کنید. پس از آن، تخم مرغ را هم زده و سطح خمیر را با استفاده از قلم‌مو به تخم مرغ آغشته کنید.

۶) با استفاده از یک چنگال روی خمیر را سوراخ سوراخ کنید. حالا قالب را به مدت ۲۵ دقیقه در طبقه وسط فر قرار دهید تا پای زردآلو آماده شود. در

پایان، پای را به سینی گردی منتقل کرده و روی آن را مقداری پودر قند بپاشید.

منبع : همشهری آنلاین

<http://vista.ir/?view=article&id=106854>

 **vista.ir**
Online Classified Service

پای سیب

مواد لازم برای خمیر پای سیب

آرد: ۲ پیمانه

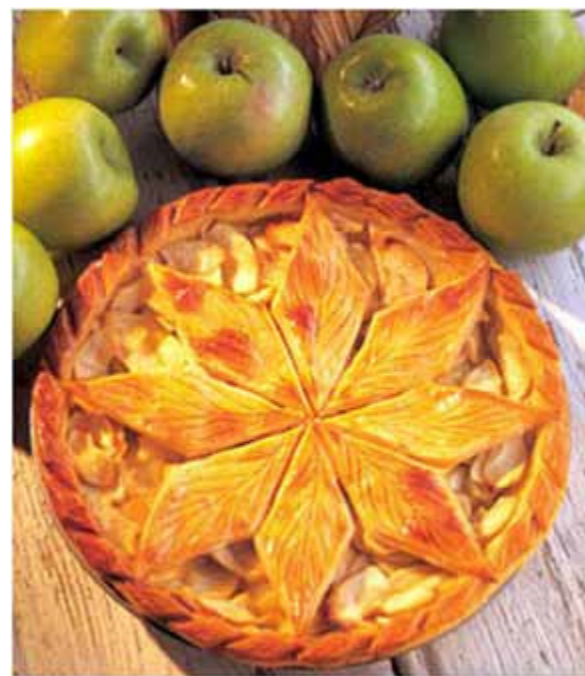
روغن جامد و کره: دو سوم پیمانه

آب خنک: یک سوم پیمانه

نمک: یک هشتم فاشق چایخوری

● طرز تهیه

آرد را الک می کنیم. نمک و کره را به آن اضافه و با دست مخلوط می کنیم تا کره کاملاً به خورد آرد برود و آرد دانه دانه شود. سپس آب را اضافه کرده و خیلی آرام مخلوط می کنیم تا خمیر به صورت یک دست درآید. سپس خمیر را در کیسه پلاستیکی قرار داده و برای یک ساعت در یخچال نگهداری می کنیم و بعد از خارج کردن از یخچال به مدت یک ساعت بیرون از یخچال قرار می دهیم تا درجه حرارت خمیر با درجه حرارت اتاق یکی شود. خمیر را به دو قسمت تقسیم می کنیم. ته قالب گرد ۲۵ سانتیمتری را با روغن مایع چرب کرده و نیمی از خمیر را به ته آن پهن می کنیم سپس مواد داخل پای را تهیه می کنیم.



ksabz.com

●مواد لازم برای داخل پای

سیب ترش: ۳عدد

ارچین: ۱ قاشق چایخوری

رنده پوست لیمو: ۱ قاشق چایخوری

آب لیمو: ۱ قاشق سوپخوری

زرده تخم مرغ: ۱ عدد

شکر قهوه‌ای: ۳ قاشق سوپخوری

نشاسته: ۳ قاشق سوپخوری

کره: ۱ قاشق سوپخوری

شکر: ۳ قاشق سوپخوری

زعفران آب شده: یک چهارم قاشق چایخوری

●طرز تهیه

فر را با درجه حرارت ۴۰۰ درجه فارنهایت یا ۲۰۰ درجه سانتیگراد گرم کنید. سیب را پوست گرفته و برش داده سپس سیب، شکر، دارچین، نشاسته، آب لیمو و پوست لیمو را در کاسه بزرگی بریزید و با هم مخلوط کنید و روی خمیر پای آماده شده قرار دهید. کره را نیز قطعه قطعه کرده و روی سیبها قرار دهید. نصف خمیر باقیمانده را با وردنه باز کنید و به اندازه های نیم سانتی برش دهید و به شکل بافت حصیر روی خمیر پای قرار داده و یک عدد زرده تخم مرغ را به همراه کمی زعفران حل شده در آب با هم مخلوط کرده، با برس روی خمیر بمالید. سپس سینی را به مدت ۱۵ دقیقه کف فر قرار دهید و بعد در طبقه وسط به مدت ۳۰ دقیقه قرار دهید تا روی آن کاملاً طلایی رنگ شود.

منبع : خانواده سبز

<http://vista.ir/?view=article&id=12805>

 **vista.ir**
Online Classified Service

پفک گردویی



- مواد لازم :
- زرده تخم مرغ :: ۳ عدد
- پودر قند :: ۱۵۰ گرم
- مغز گردوی خشك شده :: يك فنجان
- آرد :: يك قاشق مرباخوری
- بکینگ پودر :: يك قاشق چایخوری
- هل یا وانیل :: کمی
- طرز تهیه :

زرده تخم مرغ ها را به هم می زنیم. هل یا وانیل و يك سوم پودر قند را اضافه کرده، آن را تا ۵ دقیقه به هم می زنیم . سپس نصف پودر قند باقیمانده را اضافه کرده و به هم می زنیم و بقیه پودر قند را هم اضافه می کنیم. زمان به هم زدن پفك گردویی، باید ۱۵ دقیقه طول بکشد و در آخرین مرحله بکینگ پودر را با آرد مخلوط کرده، به زرده می افزاییم. درآخرم گردو را افزوده و با قاشق کوچکی از مایع برمی داریم و روی کاغذ روغنی که درسینی قرار داده ایم ، با کمی فاصله و در طبقه وسط فر با حرارت ملایم قرار می دهیم ، تا پفك ها پخته و کاملاً خشك شوند. حرارت فر ۳۰۰ درجه فارنهایت و زمان پخت ۱۵ دقیقه است

<http://vista.ir/?view=article&id=72459>

 **vista.ir**
Online Classified Service

پفك گردویی

- مواد لازم:
- زرده تخم مرغ: ۳ عدد
- وانیل شکری: یک چهارم قاشق چایخوری



- پودر قند: یک چهارم پیمانه
- گردوی خردشده: یک و یک دوم پیمانه
- پودر پسته (برای تزئین): به میزان لازم
- طرز تهیه:

فر را روی حرارت ۲۵۰ درجه فارنهایت روشن کرده تا گرم شود. پودر قند را با زرده های تخم مرغ و وانیل مخلوط کرده و خوب بزنید تا کرم رنگ و کشدار شود. گردوی خردشده را اضافه کرده و کاملاً مخلوط کنید.

مایه نباید بعد از اضافه شدن گردو، شل باشد، در غیر این صورت مقداری گردو اضافه کنید. سینی را چرب کرده و با قاشق از مایه گلوله های کوچکی با فاصله در سینی چیده و روی آن را کمی پودر پسته بریزید و سپس سینی را در طبقه وسط فر ۱۰ الی ۱۵ دقیقه قرار دهید. بعد از سرد شدن، شیرینی را



از سینی جدا کرده و در ظرف دربسته ای نگهداری کنید.

منبع : روزنامه تهران امروز

<http://vista.ir/?view=article&id=100359>

 **vista.ir**
Online Classified Service

پلمپیر

ورق های ژلاتین را به شیر داغ افزوده و مایع را به تدریج به زرده های تخم مرغ اضافه نمایید.

- مواد لازم:
- شیر یک دوم پیمانه





- تخم مرغ ۲ عدد
- ورق ژلاتین ۲ عدد
- پودر قند ۲ قاشق غذاخوری
- شکر ۵ قاشق غذاخوری
- گردوی خرد شده ۳۰ گرم

▪ وانیل نصف قاشق چای خوری

▪ خامه ۱ پیمانه

▪ خلال پسته ۳۰ گرم

▪ مربای آلبالو یا گیلاس یا هویج به میزان لازم

• طرز تهیه:

- زرده و سفیده تخم مرغ ها را جدا کنید.
- زرده ها را با شکر و وانیل با همزن خوب بزنید تا کرم رنگ شود.
- ورق ژلاتین را در آب سرد بگذارید تا نرم شود.
- سپس شیر را داغ کنید.
- ورق های ژلاتین را به شیر داغ افزوده و مایع را به تدریج به زرده های تخم مرغ اضافه نمایید.
- خامه را با پودر قند بزنید تا فرم بگیرد.
- سفیده را با هم زن بزنید تا کاملاً سفت و سفید شود.
- سپس سفیده و خامه را به مواد بالا اضافه نمایید.
- ته ظرف مناسبی را با مربا و گردو یا پسته تزئین کنید و بقیه پسته و گردو را داخل مواد بریزید و مخلوط نمایید.
- این مخلوط را به آرامی در ظرف تزئین شده بریزید و در یخچال به مدت سه ساعت قرار دهید و سپس در بشقاب برگردانده و سرو نمایید.
- تذکر: می توانید به مواد پلمبیر مقداری بستنی وانیلی اضافه نمایید. در این صورت پلمبیر باید تا زمان سرو در فریزر بماند. (میزان بستنی لازم ۳۰۰ گرم می باشد).

منبع : سایت ننجون

<http://vista.ir/?view=article&id=94362>

پن کیک

- برای ۲ تا ۳ نفر- زمان تهیه: ۷ دقیقه
- آرد: يك سوم فنجان
- تخم مرغ: يك عدد
- شیر: دو سوم فنجان
- روغن مایع يك قاشق غذاخوری
- موز: يك عدد
- پرتقال: يك عدد
- ۲ تا ۳ توپ بستنی، کمی شهد
- طرز تهیه:

- آرد الک شده و تخم مرغ را با شیر و نصف قاشق روغن مخلوط کنید.
- موز و پرتقال را خرد کنید.
- در يك ماهیتابه تفلون روغن را گرم کنید و کمی از خمیر را داخل روغن بریزید و صبر کنید تا زیر آن طلایی شود.
- لبه های خمیر را با يك چاقو از ماهیتابه جدا کنید و ماهیتابه را به سرعت تکان بدهید. خمیر را برگردانید تا طرف دیگر آن طلایی شود.
- پن کیک ها را روی يك دیس بزرگ، جدا از هم بگذارید.



- با همین روش ۶ عدد پن کیک آماده کنید.
- يك قاشق از مخلوط میوه را روی پن کیک بگذارید و خمیر را تا بزنید. می توانید در هر بشقاب دو پن کیک بگذارید.
- يك توپ کوچک بستنی روی آن گذاشته و مقداری شهد روی آن بریزید.

منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=84275>

پنکیک ساده

• مواد لازم

- شیر ۱ پیمانه
- آردسفید الک شده یک دوم پیمانه
- تخم مرغ ۲ تا ۳ عدد
- بکینگ پودر ۱ قاشق چایخوری
- نمک به مقدار لازم

• طرز تهیه

نمک و بکینگ پودر را در شیر حل کرده . تخم مرغ ها را به شیر اضافه می کنیم و خوب مایه را بهم می زنیم . آرد را با کمی شیر حل کرده کم کم مایه شیر و تخم مرغ را به آن اضافه می کنیم و مرتب مایه را به هم می زنیم تا مایه صاف و بدون گلوله شود (غلظت مایه باید مثل ماست باشد) بعد ماهی تابه کوچکی را چرب کرده و روی آتش می گذاریم تا داغ شود ، آنگاه از مایه به اندازه ای که تمام سطح ماهی تابه را بپوشاند با ضخامت ۱ تا ۲ میلیمتر می ریزیم و به محض اینکه مایه بسته شد با لیسک یا هر وسیله دیگر که بتوان پنکیک را پشت و رو کرد پنکیک را برمی گردانیم تا طرف دیگر آن هم بسته شود . پنکیک را از ماهی تابه برداشته و با بقیه مایه به همین طریق پنکیک های متعددی تهیه می کنیم . بعد وسط پنکیک های آماده شده را به دلخواه پر کرده ، پنکیک را لوله می کنیم و در ظرف می گذاریم .

منبع : سایت زنان آموزش و پرورش استان اصفهان

<http://vista.ir/?view=article&id=90198>

پنکیک با روغن کانولا

پنکیک غذای لذیذی است که می‌توانید صبح‌ها به جای نان و کره مربا آن را میل کنید یا عصرها که دور هم جمع شده‌اید به عنوان عصرانه‌ای لذیذ از خوردن آن لذت ببرید.

برای پخت پنکیک روش‌های زیادی وجود دارد. روشی که می‌خوانید بسیار ساده است اما با یکی دو افزودنی طعم آن متفاوت می‌شود. برای آماده شدن مواد اولیه آن باید ۱۰ دقیقه زمان صرف کنید. پختش هم حدود ۳۰ دقیقه وقت لازم دارد.

• مواد لازم:

▪ تخم مرغ: یک عدد (همزده شده)

▪ روغن کانولا: ۳۰ میلی‌گرم

▪ باترمیلک: ۲۳۵ میلی‌گرم

▪ جوش شیرین: ۵ گرم

▪ نمک: اندکی



▪ آرد گندم: ۷۰ گرم

• طرز تهیه:

تخم مرغ، باترمیلک و روغن کانولا را در یک کاسه مخلوط کنید. جوش شیرین، نمک و آرد را هم به آن اضافه کنید و هم بزنید تا خوب مخلوط شوند و خمیری یک دست درست شود.

ته یک ماهیتابه اندکی روغن بریزید و بگذارید روی شعله ملایم داغ شود. برای هر پنکیک به اندازه یک چهارم فنجان خمیر کافی است. خمیرها را یکی یکی در روغن سرخ کنید. دو طرف آن که به رنگ قهوه‌ای روشن در آمد پنکیک شما آماده است.

منبع : همشهری آنلاین

<http://vista.ir/?view=article&id=100980>

پودینگ تابستانی

این دسر خوشمزه اگرچه با میوه های تابستانی درست می شود و اصولاً دسری تابستانی است ولی شما می توانید آن را در ظرف مخصوص فریزر درست کرده و آن را فریز کنید. مطمئن باشید در فصول دیگر سال نیز به عنوان دسر بعد از غذا در مهمانی ها، طرفداران بسیاری خواهد داشت.

• مواد لازم برای ۶ نفر

• ۵۰ عدد نان برشی مخصوص تست (یک روز مانده)

• ۸۰۰ گرم یا ۶ تا ۷ فنجان مخلوط انواع توت ها از جمله توت فرنگی، شاتوت و توت سیاه



• ۵۰ گرم یا یک چهارم فنجان پودر قند

• مقداری خامه زده شده

• طرز تهیه

(۱) کاسه بلوری معمولی متوسطی آماده کنید و برش های نان را به همان صورت درسته در کف و دیواره های ظرف بچینید. برای هر یک ۵ تا ۶ برش نان کافی است.

(۲) انواع توت ها را به همراه پودر قند در قابلمه ای بریزید و روی شعله اجاق گاز قرار دهید. با توجه به این که با حرارت دادن توت ها آب می اندازد، نیازی به اضافه کردن آب در آنها نیست. زمانی حدود ۴ الی ۵ دقیقه مخلوط را حرارت دهید تا آب حاصل از پخت توت ها کم شود. پس از گذشت این مدت زمان، قابلمه را از روی اجاق گاز بردارید و کناری بگذارید تا سرد شود. سپس با قاشق مخلوط توت های پخته شده را به همراه کمی آب حاصل از آنها در داخل کاسه و روی نان های برشی چیده شده در ظرف بریزید.

(۳) قسمت های اضافی سر برش های نان را روی مخلوط برگردانید و سپس سطح روی میوه و قسمت های برگردانده شده نان های برشی را با چند تکه نان برشی دیگر بپوشانید.

۴) یک عدد نعلبکی چینی یا زیردستی را به صورت وارونه در داخل کاسه و روی تکه نان قرار دهید. هر یک از کاسه ها را به همین صورت با مواد و نان پر کنید. سپس کاسه ها را مدت زمانی حدود ۸ ساعت یا شب تا صبح در یخچال قرار دهید.

۵) برای سرو این پودینگ و برگرداندن آنها از داخل هر کاسه، از یک چاقوی باریک و تیز استفاده کنید. به این صورت که چاقو را در فاصله میان پودینگ و دیواره ظرف حرکت دهید تا پودینگ از دیواره ظرف جدا شود. سپس آن را در بشقابی برگردانید در پایان، باقی مانده آب مواد را روی پودینگ بریزید و به همراه خامه زده شده سرو کنید.

منبع : روزنامه شرق

<http://vista.ir/?view=article&id=85725>

 **vista.ir**
Online Classified Service

پودینگ زردآلو

معمولا پودینگ‌ها دارای چربی اشباع‌شده بسیار بالایی هستند؛ درحالی که در آنها از حداقل میزان روغن استفاده‌شده و ضمناً در مواد لازم آن تخم‌مرغ نیز به‌کار نرفته است.

پس اگر مشکل چربی خون دارید، این دسر خوشمزه را با خیال راحت درست کنید و بخورید.

- مواد لازم برای ۴ نفر:
- عسل؛ ۲ قاشق سوپ‌خوری
- زردآلوی کاملاً رسیده؛ ۴۰۰ گرم
- آرد گندم؛ ۱۵۰ گرم
- بیکینگ‌پودر؛ یک قاشق چای‌خوری
- خمیر تازه نان فانتزی؛ یک و نیم پیمانه





- شکر؛ دوسوم پیمانه
- پودر دارچین؛ یک قاشق چای خوری
- روغن مایع؛ ۲ قاشق سوپ خوری
- شیر کم چرب؛ سه چهارم پیمانه
- روش تهیه:

(۱) فر اجاق گاز را با دمای ۱۸۰ درجه سانتی گراد یا ۳۵۰ درجه فارنهایت با

شماره ۴ روشن کنید تا گرم شود. در این فاصله، زردآلوها را خوب بشوید و با چاقو نصف کنید. سپس هسته های آنها را بیرون بیاورید. حالا کاسه بلوری متوسطی آماده کرده، دیواره و کف آن را با کمی روغن چرب کنید، سپس عسل را در کاسه بریزید.

(۲) ۸ عدد از نیمه زردآلوها را روی عسل داخل کاسه بچینید. سپس بقیه زردآلوها را در دستگاه خردکن بریزید و به پوره تبدیل کنید. پوره را کناری بگذارید تا در پایان کار مورد استفاده قرار گیرد.

(۳) ظرف گود دیگری آماده کنید و آرد، خمیر نان، شکر و دارچین را باهم مخلوط کنید. پس از آن، روغن و شیر را به مواد خشک اضافه کنید و خوب هم بزنید.

(۴) این مخلوط را روی نیمه های زردآلو بریزید و مدت ۵۰ تا ۵۵ دقیقه یا تا زمانی که طلایی رنگ شده و خودش را بگیرد، در فر حرارت دهید. در پایان این مدت، این پودینگ را از فر خارج کرده و به همراه پوره زردآلو به عنوان سس میل کنید.

منبع : همشهری آنلاین

<http://vista.ir/?view=article&id=111997>

 **vista.ir**
Online Classified Service

پودینگ سیب و دارچین

- مواد لازم برای شش نفر
- دو فنجان شیر بدون چربی



- یک سوم فنجان آرد ذرت
- دو قاشق غذاخوری شکر
- نصف قاشق چایخوری دارچین
- ربع قاشق چایخوری نمک
- یک عدد تخم مرغ
- دو عدد سیب پخته (بدون هسته و خرد شده)
- یک چهارم فنجان کشمش
- طرز تهیه

فر را از قبل با درجه حرارت ۱۷۵ درجه سانتی گراد روشن کنید. شش کاسه را کمی چرب کرده و در سینی فر قرار دهید. در یک قابلمه متوسط، یک و نیم فنجان شیر را گرم کنید تا به جوش آید. سپس مخلوط آرد ذرت و نصف فنجان شیر را به آن اضافه کنید و هم بزنید تا



مجدداً بجوشد.

حرارت را کم کرده و به مدت پنج تا هفت دقیقه روی حرارت نگه دارید تا غلیظ شود، سپس شکر، دارچین و نمک را به آن بیفزایید. در یک کاسه تخم مرغ را زده و به آرامی به مخلوط بالا اضافه کنید. سپس سیب و کشمش را به آن افزوده و در کاسه ها بریزید. کاسه ها را به مدت نیم ساعت درون فر قرار دهید. سپس آن را به صورت گرم میل کنید.

منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=129102>

 **vista.ir**
Online Classified Service

پودینگ سیب و کارامل



- مواد لازم
 - دو فنجان کمپوت سیب
 - سه قاشق غذاخوری آب لیمو
 - نصف قاشق چایخوری پودر دارچین
 - یک هشتم قاشق چایخوری جوزهندی
 - ربع فنجان کشمش
 - یک فنجان آرد سفید
 - سه چهارم فنجان شکر
 - یک قاشق چایخوری بیکینگ پودر
 - یک چهارم قاشق چایخوری جوش شیرین
 - نصف فنجان شیر

- دو قاشق غذاخوری کره
- دو قاشق چایخوری وانیل
- نصف فنجان گردوی خرد شده
- سه چهارم فنجان بستنی کارامل
- نصف فنجان آب
- یک قاشق غذاخوری کره

• زمان تهیه: ۵۰ دقیقه

• طرز تهیه

فر را از قبل با درجه حرارت ۱۷۵ درجه سانتی گراد گرم کنید. سینی فر را چرب کرده و سیب ها را ته ظرف بچینید. سپس آب لیمو، دارچین و جوزهندی و کشمش را روی آن بپاشید.

در ظرف دیگری آرد، شکر، بیکینگ پودر و جوش شیرین را با هم مخلوط کرده و شیر، دو قاشق غذاخوری کره، وانیل و گردو را به آن افزوده و سپس روی کشمش ها بریزید.

بستنی کارامل، آب و یک قاشق کره را با هم مخلوط کرده و بجوشانید. سپس آن را روی خمیر بریزید. سینی را به مدت ۳۵ دقیقه درون فر قرار دهید.

فرشته علیزاده

منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=130319>

پودینگ شکلاتی

نوع مقدار
پودر کاکائو ۳ قاشق غذاخوری
زرده تخم مرغ ۲ عدد
نشاسته ۳ قاشق غذاخوری
شکر ۱ پیمانه
شیر ۳ پیمانه
بیسکویت خرد شده ۱ پیمانه
کره ۵۰ گرم



ابتدا کره و پودر کاکائو را روی حرارت می گذاریم تا کره آب شود (با شعله ملایم) سپس زرده و شکر را مخلوط می کنیم و به پودر کاکائو اضافه می کنیم ، سپس شیر و نشاسته را مخلوط می کنیم و به مواد اضافه می کنیم و همینطور روی حرارت ملایم هم می زنیم تا به صورت یک مایه غلیظی درآید(به مدت ۱۰ دقیقه روی حرارت می گذاریم) در آخر بیسکویتهای خرد شده را به آن اضافه می کنیم و هم می زنیم و به ظرف مورد نظر انتقال می دهیم و در یخچال قرار می دهیم.

منبع : شبکه جهانی جام جم

<http://vista.ir/?view=article&id=6133>

پودینگ کدو حلوائی

- مواد لازم برای هشت نفر
 - دو قاشق غذاخوری آب پرتقال
 - یک قاشق چایخوری وانیل
 - یک چهارم فنجان کشمش
 - یک عدد سفیده تخم مرغ زده شده
 - یک عدد تخم مرغ زده شده
 - ۴۲۵ گرم کدو حلوائی
 - دو سوم فنجان شیر
 - نصف فنجان شکر
 - یک قاشق چایخوری ادویه مورد نظر
 - یک سوم فنجان جوی دو سر
 - دو قاشق غذاخوری شکر
 - دو قاشق چایخوری کره یا مارگارین (ذوب شده)
- زمان تهیه: حدود سه ساعت
- طرز تهیه

آب پرتقال و وانیل را در ظرفی ریخته و روی حرارت قرار دهید تا گرم شود اما نجوشد، سپس کشمش را به آن افزوده و ظرف را کناری قرار دهید.

ته کاسه ها را کمی چرب کرده و آنها را در سینی فر قرار دهید. در یک کاسه بزرگ، سفیده تخم مرغ، تخم مرغ، کدو حلوائی، شیر، نصف فنجان شکر و ادویه را با هم مخلوط کنید. سپس کشمش و سایر مواد را به آن بیفزایید. حال مخلوط حاصل را در کاسه ها بریزید.



در یک کاسه کوچک، جوی دو سر و دو قاشق غذاخوری شکر را با هم مخلوط کرده و کره را به آن اضافه کنید. حال کمی از این ترکیب را روی هر یک از کاسه ها بریزید.

طرف را به مدت ۳۰ دقیقه درون فر با درجه حرارت ۱۹۰ درجه سانتیگراد قرار دهید.

فرشته علیزاده

منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=127906>



پودینگ کره و نان

- مواد لازم برای ۸ نفر
 - هشت فنجان نان تخم مرغی خرد شده
 - یک فنجان خرماي خرد شده
 - سه چهارم فنجان کره
 - شش عدد تخم مرغ زده شده
 - سه فنجان شیر
 - یک سوم فنجان شکر
 - یک قاشق غذاخوری وانیل
 - دارچین و جوز هندی، هر کدام ربع قاشق چایخوری
 - دو قاشق غذاخوری فندق خرد شده
 - دو فنجان پودر شکر



▪ دو قاشق غذاخوری شیر

▪ رب قاشق چای خوری وانیل

• طرز تهیه

فر را از قبل با درجه حرارت ۱۷۵ درجه سانتی گراد گرم کرده و ته سینی فر را چرب کنید.

در کاسه بزرگی نان و خرما را مخلوط کرده و کناری بگذارید.

کره را در ظرفی ریخته و روی حرارت قرار دهید تا ذوب شود. سپس یک چهارم فنجان از آن را جدا کنید. تخم مرغ، شیر، شکر، وانیل، جوز هندی و دارچین را به کره اضافه کرده و خوب مخلوط کنید.

سپس آن را روی مخلوط نان و خرما ریخته و سپس آن را به مدت ۴۰ الی ۴۵ دقیقه درون فر قرار دهید و پس از خنک شدن فندق را روی آن بریزید.

در کاسه کوچکی، کره، پودر شکر، دو قاشق شیر و رب قاشق چای خوری وانیل را با هم مخلوط کرده و روی پودینگ بریزید.

فرشته علیزاده

منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=130269>

 **vista.ir**
Online Classified Service

پودینگ لیموترش

• مواد لازم برای ۴ نفر:

- ۵۰ گرم یا یک و یک چهارم پیمانه کره

- خلال پوست و آب ۲ عدد لیموترش

- ۱۱۵ گرم یا یک دوم پیمانه پودر قند

- ۲ عدد تخم مرغ (سفیده و زرده آن جدا شود)





- ۵۰ گرم یا یک و یک دوم پیمانه آرد سفید
- یک قاشق چای خوری بیکینگ پودر
- ۳۰۰ میلی لیتر یا یک و یک چهارم پیمانه شیر
- مقدار کمی کره برای چرب کردن ظرف
- طرز تهیه:

۱) فر اجاق گاز را روی ۱۹۰ درجه سانتی گراد یا ۳۷۵ درجه فارنهایت یا شماره ۵ قرار دهید. یک ظرف سرامیکی گود مخصوص فر آماده کرده و کف و دیواره آن را با کمی کره چرب کنید.

۲) خلال پوست لیموترش، ۵۰ گرم کره و پودر قند را در یک کاسه بلوری ریخته و به وسیله قاشق چوبی، خوب با هم مخلوط کنید تا مخلوط حاصل، کرمی بی رنگ شود. سپس زرده های تخم مرغ را همراه آرد و بیکینگ پودر به این مخلوط اضافه کنید و این بار مواد را خوب با هم مخلوط کنید. پس از آن،

آب لیموترش تازه و شیر را کم کم بیفزایید.

▪ نکته: همزن را به صورت مایل در کاسه قرار دهید.

۳) پس از آنکه مخلوط را هم زدید، سر همزن را شسته یا عوض کنید، سپس در یک کاسه تمیز دیگر سفیده تخم مرغ ها را بریزید و خوب هم بزنید تا سفیده ها سفت شده و پف کند.

نکته: برای امتحان کافی بودن میزان هم زدن سفیده ها، کاسه را کج کنید؛ اگر سفیده در حال بیرون ریختن از ظرف بود، یعنی مدت زمان بیشتری باید هم زده شود.

در غیر این صورت، آماده است.

۴) سفیده زده شده را با یک قاشق فلزی کم کم به مخلوط لیمویی اضافه کرده و سپس در ظرف مخصوص فر بریزید. از این مرحله به بعد، مواد را زیاد هم نزنید زیرا این کار مانع پف کردن پودینگ می شود.

۵) برای پخت این پودینگ باید از حرارت غیرمستقیم استفاده شود؛ به همین خاطر ظرف را داخل تابه ای بزرگ تر و کمی گود قرار دهید، سپس تابه را تا نیمه دیواره ظرف حاوی مواد پودینگ از آب جوش پر کنید و همراه ظرف داخل آن، به مدت ۴۵ دقیقه در فر قرار داده و پس از این مدت، بیرون آورده و سرو کنید.

منبع : بیرتک

<http://vista.ir/?view=article&id=105680>

پودینگ نان و شکلات

- مواد مورد نیاز برای ۸ نفر
 - یک فنجان گیلاس خشک
 - یک چهارم فنجان آب سیب
 - سه فنجان خامه
 - نصف فنجان شکر
 - دو عدد تخم مرغ
 - دو عدد زرده تخم مرغ
 - یک قاشق چای خوری وانیل
 - پنج فنجان نان سفید (خرد شده)
 - ۱۱۶ گرم شکلات تلخ (خرد شده)
- زمان لازم یک ساعت



• طرز تهیه

فر را از قبل با درجه حرارت ۱۷۵ درجه سانتیگراد روشن کرده و ظرف های مورد نظر را کمی چرب کنید. در یک کاسه کوچک گیلاس خشک و آب سیب را با هم مخلوط کرده و کناری قرار دهید. در یک قابلمه متوسط خامه و شکر را با هم مخلوط کرده و روی حرارت متوسط قرار دهید تا شکر کاملاً حل شود. تخم مرغ ها را به همراه زرده ها در ظرف دیگری ریخته و با همزن خوب بزنید. مخلوط خامه را به آرامی به این ترکیب افزوده و خوب هم بزنید. وانیل و خرده های نان را نیز به ترکیب افزوده و به مدت یک ربع در دمای اتاق قرار دهید. سپس مخلوط گیلاس را به آن افزوده و کاملاً هم بزنید. سپس آن را در کاسه ها ریخته و شکلات خرد شده را روی آنها بپاشید. کاسه ها را درون ظرفی که تا نیمه از آب جوش پر شده، قرار داده و به مدت نیم ساعت درون فر بگذارید. سپس کاسه ها را از ظرف آب درون فر خارج کرده و گرم سرو کنید.

منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=127644>

 **vista.ir**
Online Classified Service

پوره خرما و پسته

پوره خرما و پسته به جهت داشتن جو، شیر، خرما و پسته سرشار از مواد مغذی مختلف و به خصوص فیبر است به همین علت، خوردن آن به عنوان صبحانه، وعده غذایی کاملی برای یک روز پرمشغله به حساب می‌آید. البته می‌توان آن را به صورت دسر نیز پس از صرف غذا مصرف کرد.

• مواد لازم برای ۴ نفر:

- ۲۵۰ گرم یا ۲ پیمانه خرمای تازه
- ۲۲۵ گرم یا ۲ پیمانه جو نیمکوب
- ۴۷۵ میلی‌لیتر یا ۲ پیمانه شیر کم‌چرب
- ۵۰ گرم یا یک‌دوم پیمانه مغز پسته خام (خرد شود)
- نوک قاشق چای‌خوری نمک
- طرز تهیه:

(۱) ابتدا خرماها را با چاقو به ۲ نیم کرده و هسته‌های آنها را جدا کنید.

سپس آنها را در کاسه‌ای حاوی آب جوشیده بریزید و ۳۰ دقیقه صبر کنید تا نرم شوند.

توجه داشته باشید آب باید روی خرماها را دربر بگیرد. حالا پس از کنار گذاشتن ۶ قاشق سوپ‌خوری از همین آب، بقیه آب خرماها را خالی کنید.

(۲) پوست خرماها را بکنید و آنها را با همان مقدار آب کنار گذاشته شده [۶ قاشق سوپ‌خوری] در غذاساز یا مخلوط‌کن بریزید و خرماها را به



پوره‌ای نرم تبدیل کنید.

۳ (قابلمه‌ای کوچک آماده کنید، جوی نیمکوب را همراه شیر و یک‌چهارم پیمانه آب و نمک در آن بریزید، قابلمه را روی شعله زیاد اجاق گاز بگذارید تا جوش بیاید.

سپس حرارت را کم کنید و برای مدت ۴ تا ۵ دقیقه مرتب هم بزنید تا این مخلوط پخته و کرم‌مانند شود.

۴ (در پایان این مخلوط کرمی شکل را در کاسه‌ای بریزید و پس از ریختن پوره خرما روی آن، سطح غذا را با پسته خرد شده تزئین کنید

منبع : همشهری آنلاین

<http://vista.ir/?view=article&id=100996>



پیروک مرکبات

پیروک، نوعی شیرینی مغزدار است که خمیر آن شباهت زیادی به خمیر انواع پای دارد؛ مغز آن را انواع مارمالاد تشکیل می‌دهد و تنوع پیروک‌ها نیز بسته به مارمالاد داخل آنهاست. به عنوان مثال در اینجا از مخلوط مارمالاد گریپ‌فروت و نارنگی استفاده شده است.

• مواد لازم برای خمیر:

- کره، ۱۵۰ گرم

- شکر، ۹۰ گرم

- آرد، ۲۵۰ گرم

- تخم‌مرغ، ۲ عدد [خواص تخم‌مرغ]

- بیکینگ پودر، یک‌دوم قاشق چای‌خوری



- وانیل، یک‌چهارم قاشق چای‌خوری



- پوست پرتقال رنده شده، یک قاشق سوپ‌خوری

- گردوی رنده شده، ۲ قاشق سوپ‌خوری [خواص گردو]

- مارمالاد گریپ‌فروت و نارنگی، به مقدار لازم

• مواد لازم جهت تهیه مارمالاد گریپ‌فروت و نارنگی:

- گریپ فروت، ۲ عدد

- نارنگی، ۴ عدد

- شکر، ۷۵۰ گرم

- پودر ژلاتین، یک قاشق سوپ‌خوری

- آب، نصف پیمانه

- وانیل، یک‌چهارم قاشق چای‌خوری

• طرز تهیه مارمالاد:

ابتدا نارنگی‌ها و گریپ‌فروت‌ها را پوست کنده و گوشت داخل آنها را پس از خرد کردن، همراه شکر و آب در قابلمه‌ای بریزید و روی شعله ملایم اجاق گاز نیم‌ساعت حرارت دهید.

همزمان در یک کاسه کوچک فلزی ۳ قاشق سوپ‌خوری آب جوش ریخته و پس از اضافه کردن پودر ژلاتین به آن، روی کتری در حال جوش بگذارید تا حل شود.

سپس ژلاتین مایع را به مخلوط نارنگی و گریپ فروت در حال جوش اضافه کنید و خوب هم بزنید تا مارمالاد غلیظ شود؛ برای این منظور یک ساعت زمان لازم است.

• طرز تهیه خمیر:

ابتدا کره و شکر را با دستگاه همزن خوب بزنید، سپس تخم‌مرغ‌ها را دانه‌دانه اضافه کرده و همین‌طور هم بزنید.

مواد خشک شامل آرد، بیکینگ پودر، وانیل، پوست پرتقال رنده‌شده و گردو را در ظرف دیگری با هم مخلوط کرده، سپس به مخلوط کره، تخم‌مرغ و شکر بیفزایید.

در این مرحله، بعد از کمی هم‌زدن، دستگاه را خاموش کرده و خمیر را با دست ورز دهید. یک‌چهارم خمیر را نگه داشته و کنار بگذارید؛ بقیه را داخل ظرف پیرکس گرد یا قالب پای پهن کنید و روی آن را با مارمالاد بپوشانید.

خمیر کنار گذاشته شده را توسط وردنه باز کرده و به صورت نوارهای باریک با چاقو برش دهید و به حالت ضریبی روی مارمالاد بگذارید.

حالا فر را روشن کرده و آن را روی ۱۸۰ درجه سانتی‌گراد تنظیم کنید و ظرف را روی طبقه وسط فر به مدت نیم‌ساعت قرار دهید.

نکته یک) بهتر است فر را ۱۵ دقیقه قبل از قرار دادن ظرف در آن در همین دما روشن کنید.

نکته ۲) شما می‌توانید خمیر پیروک را از شب قبل آماده کرده، داخل کیسه فریزر بریزید و در یخچال قرار دهید.

نکته ۳) برای براق شدن روی پیروک، می‌توانید یک عدد زرده تخم‌مرغ را با چنگال زده، سپس توسط قلم‌مو روی خمیرهای ضربدری شده بمالید و پس از آن، در فر قرار دهید.

منبع : همشهری آنلاین

<http://vista.ir/?view=article&id=101703>



توت

• مواد لازم :

• بادام پوست گرفته چرخ کرده :: نیم کیلو

• خاکه قند :: نیم کیلو

• گلاب :: تقریباً يك استکان

• طرز تهیه :

بادام و خاکه قند را مخلوط می‌کنیم گلاب را کم‌کم داخل بادام و قند می‌ریزیم بهم می‌زنیم تا مایه خمیر شود ولی زیاد شل نشود کافی است که خمیر چسبندگی پیدا کند و موقع فرم دادن متلاشی نشود بعد از مایه گلوله های کوچکی باندازه يك فندق برمی‌داریم و با دست بشکل توت درست می‌کنیم و در شکر می‌غلطانیم و يك خلال پسته به انتهای آن فرو می‌کنیم و درون ظرف دردار محفوظ نگاه می‌داریم (این شیرینی را نباید مدت زیادی نگه داشت چون خشک می‌شود) بادام توت اگر در یاس خوابانده شود بهتر است .



<http://vista.ir/?view=article&id=72747>

تا ۱۳ بدر شیرینی تازه داشته باشید

حالا که زحمت کشیده‌اید و با ذوق و سلیقه‌ی زیاد، شیرینی‌های عید امسالتان را پخته‌اید، برای این‌که تا پایان تعطیلات بتوانید شیرینی‌هاتان را ترد و تازه نگه دارید، پیشنهاد می‌کنیم که:

(۱) برای پختن شیرینی‌ها در منزل، حتما از آرد تازه و نرم استفاده کنید. این آرد‌ها مدت نگهداری شیرینی را افزایش می‌دهند.

(۲) شیرینی‌های خشک را توی ظرف دردار نگهداری کنید.

(۳) اگر مقدار زیادی شیرینی پخته‌اید، روی شیرینی‌ها را نایلون یا سلفون بکشید. این کار موجب می‌شود شیرینی‌های عیدتان تر و تازه باقی بماند.

(۴) برای نگهداری شیرینی‌های تر، باید آنها را توی ظرف دربسته بگذارید و در جای خشک و خنک نگه دارید. شیرینی‌های تر را ساعت‌ها روی میز پذیرایی در هنگام دید و بازدید عید به حال خود رها نکنید؛ چون زود، کهنه و خشک می‌شوند.

(۵) اگر می‌خواهید شیرینی و کیک را توی فریزر بگذارید؛ باید تا تازه‌اند، این کار را نکنید. در این صورت، پس از سرد شدن، طعم آن تغییر نمی‌کند. توصیه‌ی ما این است که کیک و نان شیرینی را اول بگذارید یخ بزند؛ و بعد از یخ زدن، بسته‌بندی‌شان کنید. این طوری، حالتشان بهتر حفظ می‌شود.



منبع : سازمان تبلیغات اسلامی استان خوزستان

<http://vista.ir/?view=article&id=100534>

تارت توت فرنگی

- مواد لازم:

- کره یا مارگارین : ۱۵۰ گرم،
- پودر قند : ۱۵۰ گرم،
- تخم مرغ : ۳ عدد ،
- آرد سفید الک شده : ۱۵۰ گرم،
- آب جوش : یک دوم قاشق غذا خوری،
- توت فرنگی : ۱ کیلو،
- خامه زده شده : ۶۰۰ میلی لیتر،
- شکر : ۳ قاشق غذا خوری،
- آرد ذرت : یک و نیم قاشق غذاخوری،
- آب : ۲ قاشق غذا خوری،
- آبلیمو : ۱ قاشق چایخوری،
- بادام پرک تست شده : ۱۰۰ گرم



- طرز تهیه:

کره را با پودر قند مخلوط کرده می زنیم تا کرم روشن و لطیفی به دست آید تخم مرغ ها را یکی یکی اضافه کرده و با تخم مرغ دوم و سوم یک قاشق آرد نیز به مایه می افزاییم و مخلوط می کنیم د باقیمانده آرد را اضافه کرده خوب هم می زنیم . سپس آب داغ را افزوده مخلوط می کنیم مخلوط حاصل را به سه قسمت مساوی تقسیم کرده و در سه قالب گرد کوچک به قطر هیجده سانتی متر که قبلا" آنها را چرب کرده و کف آنها را با کاغذ روغنی پوشانده ایم می ریزیم و به مدت ۲۵ الی ۳۰ دقیقه در فر می پزیم . سپس از فر خارج نموده ، بر روی شبکه سیمی سرد می کنیم. ۲۲۵ گرم از توت فرنگی ها را پوره کرده له می کنیم و ۲۲۵ گرم دیگر از آن را ورقه ورقه خرد می کنیم د توت فرنگی له شده را از صافی رد

می کنیم و با ۴۵۰ میلی لیتر خامه زده شده و توت فرنگی خرد شده مخلوط می کنیم . سه لایه کیک را بر روی هم قرارداده و مخلوط خامه و توت فرنگی را در میان لایه های کیک می ریزیم .

۱۷۵ گرم دیگر از توت فرنگی ها را له کرده و از صافی رد می کنیم د سپس با شکر ، آرد ذرت و آب در ظرفی ریخته به مدت يك تا دو دقیقه بر روی حرارت اجاق قرار می دهیم تا غلیظ شود آبلیمو را اضافه کرده می گذاریم سرد شود . توت فرنگی های باقیمانده را از وسط نصف کرده و از طرفی که بریده شده اند بر روی کیک میچینیم و دیواره و سطح روی کیک را با قلم از مخلوط تهیه شده شده می مالیم د دیواره کیک را با بادام پرک میپوشانیم . باقیمانده خامه را در قیف خامه ریخته و لبه کیک را با گل خامه تزئین می کنیم .

منبع : ایران مانیا

<http://vista.ir/?view=article&id=81320>



تارت توت فرنگی

این تارت ترکیب خوش طعمی از خمیر پرتقالی و میوه های تابستانی است.

• مواد لازم؛

- ۲۲۵ گرم آرد سفید،
- ۱۱۵ گرم کره بدون نمک،
- رنده ریز پوست یک عدد پرتقال
- ۳۰۰ میلی لیتر خامه،
- رنده ریز پوست یک عدد لیموترش،
- دو قاشق سوپخوری پودر قند،
- ۶۷۵ گرم مخلوط توت فرنگی و انگور سیاه،
- کمی رنده پوست پرتقال برای تزئین روی تارت.



برای تهیه خمیر تارت آرد را در ظرف گودی بریزید. کره را که بهتر است چند دقیقه زودتر در دمای اتاق بگذارید تا کمی نرم شود قطعه قطعه کنید و با آرد مخلوط کنید تا به صورت خرده های مغز نان درآید. رنده پوست پرتقال را همراه با کمی آب اضافه کنید و با دست ورز دهید تا به صورت خمیر نرمی درآید، آب را به تدریج اضافه کنید تا خمیر شل نشود. خمیر را در یک کیسه فریزر قرار دهید و به مدت نیم ساعت در جایی بگذارید. روی سطح صافی کمی آرد بپاشید و خمیر را با وردنه روی این سطح باز کنید، به طوری که بتوان با آن یک قالب تارت گرد به قطر ۲۳ سانتی متر را پوشاند. قالب را کمی چرب کنید و مقدار کمی آرد در آن بپاشید سپس خمیر را روی آن قرار دهید. با استفاده از سر انگشتان نان خمیر را در داخل قالب بفشارید تا فرم قالب را بگیرد. وردنه را روی لبه قالب بغلتانید تا خمیر اضافی از لبه های قالب بریده و جدا شود، قالب را به همین صورت به مدت ۳۰ دقیقه در جایی بگذارید.

فر را با حرارت ۲۰۰ درجه سانتیگراد گرم کنید. خمیر را به مدت ۲۰ تا ۲۵ دقیقه در فر بپزید تا سطح روی آن کمی طلایی شود. آن را از فر خارج کنید و بگذارید سرد شود. سپس از قالب خارج کنید.

خامه را با خاک قند مخلوط کرده و با همزن برقی بزنید تا فرم بگیرد. بهتر است ظرف محتوی خامه را روی یک ظرف حاوی یخ قرار دهید و بزنید تا خامه زودتر فرم بگیرد. دقت کنید خامه را بیش از اندازه نزنید چون تبدیل به کره می شود. رنده پوست لیمو را به خامه افزوده و آن را داخل خمیر تارت بریزید و روی سطح داخلی تارت را با خامه بپوشانید. توت فرنگی ها را چهار قاچ کنید و با انگور سیاه داخل تارت بریزید. رنده پوست پرتقال را دور تارت بپاشید و سرو کنید.

منبع : روزنامه شرق

<http://vista.ir/?view=article&id=83614>

 **vista.ir**
Online Classified Service

تارت توت فرنگی

- مواد لازم برای خمیر تارت (برای ۶ نفر):
 - کره ۱۲۰ گرم
 - پودر قند ۶۰ گرم





- آرد ۲۰۰ گرم
- زرده تخم مرغ ۱ عدد
- وانیل یک چهارم قاشق چای خوری
- نمک یک هشتم قاشق چای خوری
- طرز تهیه :

کره و پودر قند را بزنید تا نرم و لطیف شود.

سپس زرده تخم مرغ و وانیل را اضافه کنید و باز هم بزنید تا مواد کاملاً

سفید و پفکی شود.

سپس آرد و نمک را اضافه نمایید و آرام مخلوط کنید. بهتر است با سرانگشت خمیر را مخلوط کنید تا روغن نیندازد.

خمیر را در کیسه فریزر قرار دهید و بگذارید یک ساعت در جای خنک بماند و استراحت کند.

قالب گرد مخصوص تارت را چرب کنید.

سپس خمیر را به طور یکنواخت در قالب، پهن کنید، به طوری که خمیر دیواره های قالب را نیز بپوشاند.

سپس با چنگال روی خمیر را چند سوراخ بزنید و قالب را در طبقه وسط فری که از قبل با حرارت ۳۵۰ درجه فارنهایت گرم کرده اید، به مدت ۲۰

دقیقه قرار دهید تا خمیر بپزد.

سپس از فر بیرون آورید و بگذارید تا سرد شود.

• مواد لازم برای کرم پاتیسیر(کرم داخل تارت) :

- آرد ذرت ۱۰۰ گرم
- شکر ۱۵۰ گرم
- زرده تخم مرغ ۳ عدد
- شیر نیم لیتر
- کره ۸۰ گرم
- وانیل یک چهارم قاشق چای خوری
- توت فرنگی ۱ تا ۵/۱ کیلو

• طرز تهیه:

زرده تخم مرغ را با شکر و وانیل خوب بزنید تا سفید شود.

شیر و آرد ذرت را مخلوط نمایید و روی حرارت ملایم قرار دهید تا کمی غلیظ شود.

سپس زرده تخم مرغ و شکر زده شده را به تدریج به آرد و شیر اضافه کنید و کمی روی حرارت هم بزنید تا کاملاً غلیظ شود.

در آخر کره را اضافه کنید و از روی حرارت بردارید و بگذارید تا سرد شود.
داخل تارت را با کرم بیوشانید و توت فرنگی های قرمز را روی آن قرار دهید

منبع : سایت ننجون

<http://vista.ir/?view=article&id=102588>

 **vista.ir**
Online Classified Service

تارت سیب و گلابی

- مواد مورد نیاز برای هشت نفر
 - یک و یک سوم فنجان کلوچه گردویی خردشده
 - نصف فنجان آرد سفید
 - یک چهارم فنجان کره
 - ۲۲۶ گرم پنیر خامه ای
 - یک عدد تخم مرغ
 - یک چهارم فنجان بستنی کارامل
 - دو عدد گلابی متوسط (بوست کنده و بدون هسته که به ۱۲ قسمت مساوی تقسیم شده)
 - دو عدد سیب متوسط (بدون هسته که به ۱۲ قسمت مساوی تقسیم شده)
 - دو قاشق غذاخوری کره
 - یک قاشق غذاخوری آبلیمو



▪ دو قاشق غذاخوری بستنی کارامل

• طرز تهیه

فر را از قبل با درجه حرارت ۱۷۵ درجه سانتیگراد روشن کنید. سپس کلوچه های خرد شده، آرد و ریع فنجان کره را در یک کاسه ریخته و خوب مخلوط کنید. سپس در ظرف تارت ریخته و به مدت ۱۰ دقیقه آن را بپزید. در کاسه دیگری پنیر خامه ای را زده و سپس تخم مرغ و ریع فنجان بستنی کارامل را پس از زدن روی خمیر ریخته و مجدداً به مدت ۱۰ دقیقه درون فر قرار دهید. پس از سرد شدن، سیب ها و گلابی ها را که همراه با دو قاشق کره به مدت ۱۰ دقیقه روی حرارت متوسط پخته اید و سپس با آبلیمو مخلوط کرده اید، روی آن بریزید. سپس بستنی کارامل را روی آن ریخته و میل کنید.

فرشته علیزاده

منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=129837>



تارت شکلات با بستنی نسکافه

نوع مقدار

نسکافه برای تهیه بستنی نسکافه ۴/۱ کاپ

بستنی وانیلی برای تهیه بستنی نسکافه ۱ لیتر

پودر کاکائو جهت تهیه خمیر تارت ۱ قاشق سوپ خوری

کره ذوب شده جهت تهیه خمیر تارت ۳۰ گرم

شکلات با کیفیت خوب جهت تهیه خمیر تارت ۴۰ گرم

زرده تخم مرغ برای داخل تارت ۳ عدد

مغز گردو جهت تهیه خمیر تارت ۱۰۰ گرم

بیسکویت شکلاتی تیره جهت تهیه خمیر تارت ۱۰۰ گرم

شکلات برای داخل تارت ۲۰۰ گرم

کره برای داخل تارت ۳۰ گرم

خامه مایع برای داخل تارت ۱۲۵ میلی لیتر

شکر قهوه ای جهت تهیه خمیر تارت ۱ قاشق سوپ خوری

خامه زده شده برای داخل تارت ۲۵۰ میلی لیتر

ابتدا بستنی نرم شده را با نسکافه که در یک قاشق سوپ خوری آب جوش حل کرده ایم مخلوط می کنیم و داخل قیف های مخصوص شیرینی پر کرده و داخل فریزر می گذاریم. برای ساختن خمیر تارت تمام مواد را که شکلات و کره آب شده هستند داخل مخلوط کن ریخته و آنقدر می زنیم تا خمیری و چسبیده نشود بعد قالب تارت ۲۳ سانتی متری کم عمق را چرب کرده و مواد بالا را داخلش ریخته با دست پرس کرده و داخل فریزر می گذاریم تا ببندد. برای ساختن مواد داخل تارت ، شکلات و کره و خامه را مخلوط کرده داخل کاسه می ریزیم و قدری که سرد شد با خامه زده شده به آرامی مخلوط کرده و داخل قالب آماده شده می ریزیم و داخل یخچال یا فریزر می گذاریم تا سفت شده و ببندد. بعد از آماده شده تارت با بستنی مخلوط شکل بالا تزئین می کنیم.

منبع : شبکه جهانی جام جم

<http://vista.ir/?view=article&id=6122>

 **vista.ir**
Online Classified Service

تارت گردونی

• مواد لازم :

• شکر :: ۱۵۰ گرم

• سفیده تخم مرغ :: ۱۰ عدد

• بادام تلخ کوبیده :: ۳ عدد



•آرد سوخاری الك شده :: ۳ قاشق غذاخوری
 •فندق چرخ شده :: ۲۵۰ گرم
 •زرده تخم مرغ :: ۱۰ عدد
 •شیر :: نیم لیتر
 •آرد سیب زمینی نرم :: ۴ قاشق غذاخوری



•وانیل :: يك قاشق چایخوری

•مارسپان :: ۲۰۰ گرم

•پودر قند :: ۳۰۰ گرم

•مغز گردو :: ۲۲ عدد

•آب لیموی ترش :: ۳ قاشق غذاخوری

•کره :: کمی

•طرز تهیه :

فر را تا ۱۹۰ درجه سانتی گراد گرم می کنیم . ۱۵۰ گرم شکر و ۱۰ عدد زرده تخم مرغ را هم می زنیم تا اسفنجی شود . فندق را با آرد سوخاری می کوئیم و بادام را بدان اضافه می نمایم ده عدد سفیده تخم مرغ را آنقدر می زنیم تا حالت اسفنجی پیدا کند. شکر را بتدریج بدان اضافه می کنیم و هم می زنیم تا سفت شود. سفیده و زرده تخم مرغ را خوب مخلوط می کنیم و در قالب می ریزیم. توجه کنید که باید کف قالب را قبلا با کره چرب نمائید . قالب را در فر به مدت يك ساعت و نیم قرار می دهیم . بعد از پخته شدن می گذاریم تا کاملا سرد شود . سپس آنرا از وسط بطور افقی می بریم . ۳ عدد سفیده تخم مرغ را با شکر هم می زنیم تا سفت شود . فندق را با آن مخلوط می کنیم سپس ۴ قاشق غذاخوری شیر را با آرد سیب زمینی و زرده های تخم مرغ می زنیم . بقیه شیر را با شکر و وانیل می جوشانیم و آرد سیب زمینی و زرده را به شکر اضافه می کنیم . این مخلوط را می پزیم تا غلیظ شود . سپس آنرا می گذاریم تا سرد شود . در زمان سرد شدن آنرا مرتبا هم می زنیم. آنگاه سفیده را بدان اضافه و مخلوط می کنیم تا يك کرم صاف بدست آید . سطح طبقه اول تارت را با کرم پر می کنیم د طبقه دوم را روی آن قرار می دهیم . مارسپان را با ۱۰۰ گرم پودر قند چنگ می زنیم و ورز می دهیم و گرد باز کرده آنرا روی كيك قرار می دهیم . پودر قند باقیمانده را با آب لیمو می زنیم و با مالیدن آن به سطح تارت آنرا براق می کنیم و نهایتا با نصفه های گردو آنرا تزئین می نمایم .

<http://vista.ir/?view=article&id=72454>

تارتهای کوچک شکلاتی

این تارتهای تهیه شده از پنیرخامه ای و شکلات تلخ که با خامه و میوه فصل سرو میشوند، ساده و در عین حال تماشایی و بسیار خوشمزه هستند. شما میتوانید نانها را از قبل تهیه کرده، در فریزر نگهداری کنید و در کوتاه ترین زمان با پر کردن آنها از مواد خوشمزه، شیرینی خود را آماده کنید.

- مواد لازم

- ۲/۱ پیمانه کره نرم شده
- ۸۵ گرم پنیر خامه ای
- ۳/۲ پیمانه آرد سفید
- ۳/۲ پیمانه خامه
- ۸۵ گرم شکلات تلخ یا نیمه تلخ خرد شده
- ۸۵ گرم شکلات شیری خرد شده
- خامه برای تزئین
- میوه فصل مانند توت فرنگی، شاه توت، آناناس، هلو و... (اگر از میوه های



بزرگ استفاده میکنید آنها را به قطعات مناسب خرد کنید)

- خاکه قند (در صورت تمایل)

- روش تهیه برای ۲۴ تارت کوچک

۱) برای تهیه خمیر نانها، با سرعت متوسط همزن برقی، کره و پنیر خامه ای را در یک کاسه مناسب بهم بزنید تا خوب مخلوط شوند. آرد را اضافه کنید. انگشتان خود را آردی کنید و گلوله ای به اندازه یک فاشیق چایخوری از خمیر برداشته، آنرا به طور یکنواخت داخل قالبهای چرب نشده کوچک مافین قرار دهید به طوری که خمیر کف و دیواره های قالب را بپوشاند. نانها را به مدت ۲۰ تا ۲۵ دقیقه در فر تنظیم شده روی ۳۲۵ درجه فرزندایت یا ۱۶۳ درجه سانتیگراد قرار دهید تا طلای شوند. سپس اجازه دهید ۵ دقیقه داخل قالب خنک شوند. آنها را از قالب خارج کرده، بر روی شبکه توری قرار دهید تا کاملاً سرد شوند.

۲) برای مواد داخل تارت، خامه را در یک قابلمه کوچک، روی حرارت متوسط قرار دهید تا تنها داغ شود- خامه نباید به دمای جوش برسد. سپس آنرا از روی حرارت برداشته، شکلاتها را به آن اضافه کرده برای دو دقیقه کنار بگذارید. مخلوط را بهم بزنید تا کاملاً یکنواخت شده و شکلاتها آب شوند.

این مخلوط را در یک کاسه ریخته، به مدت یک ساعت در یخچال قرار دهید. سپس مخلوط شکلات را با همزن برقی بهم بزنید تا فرم بگیرد. این مخلوط را با قاشق داخل نانها بریزید.

۳) روی تارتهای پر شده را پوشانده و تا زمان سرو در یخچال بگذارید. درست در زمان سرو، روی تارتهای را با خامه و یک میوه فصل تزئین کرده و در صورت تمایل کمی خاکی قند روی آنها بپاشید

منبع : ایرانیان انگلستان

<http://vista.ir/?view=article&id=92772>



ترافل شکلات

۱۷۵ گرم شکلات تلخ (۶۰ درصد)- ۱۵۰ گرم خامه تازه- يك عدد زرده تخم مرغ- ۲۰ گرم پودر کاکائو
شکلات تلخ را در ظرف مناسب و گودی بریزید و به مدت دو دقیقه در مایکروفر حرارت دهید تا ذوب شود و با ظرف را در ظرف بزرگتری محتوی آب داغ بر روی حرارت ملایم اجاق گاز بگذارید تا به تدریج ذوب شود. خامه را در ظرفی جداگانه روی حرارت متوسط اجاق گاز قرار دهید تا به جوش آید. آن را حدود ۲۰ ثانیه بجوشانید و سپس شکلات و زرده تخم مرغ را در آن بریزید و به سرعت هم بزنید. بهتر است از همزن برقی برای این منظور استفاده کنید. این مخلوط را به مدت سه ساعت در یخچال قرار دهید تا خود را گرفته و سفت شود. آن را از یخچال خارج کنید و با دست به صورت گلوله های کوچک درآورده در پودر کاکائو بغلتانید و در ظرف چیده سرو نمایید. می توانید به جای پودر کاکائو از پودر نارگیل یا پودر قند نیز استفاده کنید.



منبع : روزنامه شرق

<http://vista.ir/?view=article&id=11463>

تراپفل

• طرز تهیه

در ظرفی آب و شکر ریخته و آن را روی حرارت می گذاریم تا بجوشد و قوام بیاید. شکلات را با کره در قابلمه ای می ریزیم و به روش بن ماری آن را ذوب می کنیم. بعد از این که شکلات ها کاملاً ذوب شد، ظرف را از روی حرارت بر می داریم و شربت قوام آمده را به آن اضافه می کنیم. پودر کیک، پودر نارگیل و ۵۰ گرم از پودر قند را به ظرف محتوی شکلات ها می افزاییم و هم می زنیم تا مواد خوب با هم ترکیب شوند.



پودر کاکائو را در ظرفی و بقیه ی پودر قند را در ظرف دیگر می ریزیم.

از مخلوط شکلات به اندازه ی یک فندق بر می داریم و گلوله هایی از آن درست می کنیم.

تعدادی از گلوله ها را در پودر قند و تعدادی دیگر را در پودر کاکائو می غلتانیم، آنها را در ظرف مناسبی می چینیم و در یخچال می گذاریم تا کمی خنک شود.

• مواد لازم برای تهیه ی ۳۰ عدد تراپفل

۱۲۵ گرم شکلات تخته ای قهوه ای خرد شده

۱/۲ قاشق سوپ خوری کره

۲ قاشق سوپ خوری شربت قوام آمده

۱۰۰ گرم پودر کیک

۵۰ گرم پودر نارگیل

۷۵ گرم پودر قند الک کرده

۲ قاشق سوپ خوری پودر کاکائو

• مواد لازم برای تهیه ی شربت

۱ لیوان آب

۱/۲ لیوان شکر

از خرده های اضافی کیک هایی که قبلاً پخته شده است می توان پودر کیک را تهیه کرد.

منبع: مجله هنر آشپزی

منبع : شبکه رشد

<http://vista.ir/?view=article&id=13109>



تهیه مربا

۱) میوه هایی که برای مربا در نظر می گیرید ، سالم و بدون لک بوده و زیاد رسیده نباشند .

۲) در صورتی که شکر تمیز نبوده و رنگ آن زرد است ، می توانید برای هر یک کیلو شکر، یک عد سفیده تخم مرغ را با چنگال خوب به هم بزنید و آن را به شربت در حال جوش اضافه کرده ، از صافی ظریف رد کنید تا رنگ آن سفید و شفاف شود .





۳) برای این که مربای مورد نظرتان نرم و لطیف شود ، حتماً میوه ها را قبل از اضافه کردن به شکر، بپزید ، زیرا شکر باعث سفت شدن پوست میوه

می شود .

۴) شربت مربا را آن قدر بجوشانید تا قوام بیاید ، یعنی اگر مقداری از مربا را در نعلبکی بریزید و با یک قاشق وسط آن خطی بکشید ، دو قسمت کاملاً جدا به وجود بیاید .

۵) همیشه برای یک کیلو میوه ی ترش ، یک کیلو شکر و برای یک کیلو میوه ی شیرین ، ۷۵۰ گرم شکر در نظر بگیرید .

۶) هیچ وقت مربای گرم را در شیشه نریزید . صبر کنید تا خنک شود .

۷) برای جلوگیری از شکرک زدن مربای میوه های شیرین از آبلیمو استفاده کنید . علت شکرک زدن مربا، جوشیدن بیش از حد آن است. در این شرایط بهتر است یک تا دو فنجان آب جوش به آن اضافه کرده، بگذارید ۳-۴ جوش بزند. سپس کمی آبلیمو به آن اضافه کنید تا شکرک مربا برطرف شود .

۸) ممکن است مربا بعد از مدتی کپک بزند. در این شرایط شربت مربا به اندازه کافی ، قوام نیامده است. برای برطرف کردن این مشکل باید مقداری شکر به مربا اضافه کرده، بگذارید کمی بجوشد . فراموش نکنید در صورتی می توانید این کار را انجام دهید که مقدار کپک آن کم باشد و ترش نشده باشد .

۹) همیشه، آبلیمو را ۱۵-۱۰ دقیقه قبل از برداشتن ظرف مربا از روی حرارت به آن اضافه کنید .

۱۰) ظرفی را که برای پخت مربا استفاده می کنید ، باید لعابی باشد ، به جز مربای به که بهتر است درظرف مسی پخته شود.

۱۱) موقع پخت مربا در قابلمه را باز بگذارید تا رنگ آن تغییر نکند ، به جز مربای به که باید حتماً در ظرف را بگذارید تا رنگ آن سرخ ارغوانی شود

منبع : پارسی طب

<http://vista.ir/?view=article&id=104787>

 **vista.ir**
Online Classified Service

جعبه جواهر



• مواد لازم:

- ۴ عدد تخم مرغ
- ۱۰۰ گرم پودر قند
- ۱۰۰ گرم آرد سفید
- یک چهارم قاشق چایخوری وانیل
- برای داخل کیک:
 - ۳۰۰ میلی لیتر خامه زده شده
 - ۲ قاشق چایخوری پودر قند
 - ۲۵۰ گرم میوه های بدون هسته تابستانی با رنگ های قرمز تیره و روشن
 - ۲ گرم پودر قند.

زرده و سفیده تخم مرغ ها را جدا کنید. زرده را با پودر قند و وانیل با همزن برقی بزنید تا به صورت کرم روشن و لطیفی درآید. سفیده را جداگانه با همزن برقی بزنید تا کاملاً کف کرده و سفت شود. زرده و سفیده را مخلوط کنید و به آرامی هم بزنید سپس آرد را در آن الک کنید. مخلوط حاصل را در یک قالب رولت مستطیل شکل به ابعاد ۲۵-۳۰ سانتی متر که کف آن را با یک قطعه کاغذ روغنی پوشانده اید بریزید و به مدت ۱۵ دقیقه و در فر با درجه حرارت ۱۹۰ درجه سانتی گراد بپزید. سپس از فر درآورید و از قالب خارج کنید. کاغذ زیر کیک را جدا کنید و روی شبکه سیمی آن را سرد کنید. پس از سرد شدن کیک آن را از طول نصف کنید پس نیمه پایینی را در ظرف مورد نظر برای سرو کیک قرار دهید و سطح روی آن را با لایه ای خامه بپوشانید. نیمه ای از پودر قند را روی خامه بپاشید. میوه ها را روی کیک بریزید به طوری که از یک طرف آن بیرون بریزند. حالا نیمه دیگر کیک را طوری که نیمه ای از لایه پایینی را بپوشاند روی آن قرار دهید. در صورت تمایل باقی مانده پودر قند را روی کیک بپاشید و سرو کنید.

منبع : بیرتک

<http://vista.ir/?view=article&id=100153>

چای افغانی

• مواد لازم برای ۲ نفر

دو فنجان شیر

▪ چهار یا پنج عدد هل

▪ سه عدد چای کیسه ای

▪ سه یا چهار قاشق چای خوری شکر

▪ زمان لازم: ۱۰ دقیقه

• طرز تهیه

پوسته هل را کمی شکافته و به همراه شیر و چای کیسه ای درون قابلمه

ریخته و به مدت پنج دقیقه آن را دم کنید.

سپس آن را از روی حرارت برداشته و به همراه شکر بنوشید.



• ارزش غذایی هر فنجان

▪ چربی ۷/۹ گرم

▪ چربی اشباع شده ۴/۵ گرم

▪ چربی اشباع نشده مونو دو گرم

▪ چربی اشباع نشده چندگانه ۰/۵ گرم

▪ چربی ترانس صفر گرم

▪ کلسترول ۲۴ میلی گرم

▪ سدیم ۹۷ میلی گرم

▪ پتاسیم ۳۴۹ میلی گرم

▪ کربوهیدرات ۱۷/۲ گرم

▪ فیبر رژیمی صفر گرم

▪ قند ۱۹/۱ گرم

▪ پروتئین ۷/۹ گرم

منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=117318>



چای خامه ای

- مواد لازم برای چهار نفر
 - دو فنجان آب
 - دو عدد چای کیسه ای
 - یک عدد چوب دارچین
 - شش عدد دانه هل (خرد شده)
 - یک عدد گل میخک
 - ربع قاشق چایخوری پودر زنجبیل
 - دو و نیم فنجان شیر
 - یک سوم فنجان شکر
 - خامه، پودر دارچین و چوب دارچین (برای تزئین)
- زمان تهیه ۱۵ دقیقه
- طرز تهیه
 - شش ماده اول را در یک قابلمه ریخته و بجوشانید. سپس حرارت را کم کرده، در ظرف را گذاشته و به مدت پنج دقیقه آن را دم کنید.
 - شیر را به آن اضافه کرده و مجدداً مخلوط را به مدت یک دقیقه بجوشانید.



سپس آن را صاف کرده شکر را به آن بیفزایید و خوب هم بزنید تا شکر کاملاً حل شود.

چای را در فنجان ریخته و روی آن را با خامه و پودر دارچین و چوب دارچین



تزئین کنید.

[فرشته علیزاده]

منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=122585>



چای نعنا

- مواد مورد نیاز
 - سه فنجان آب جوشیده
 - دوازده برگ نعنا تازه
 - چهار عدد چای کیسه ای
 - یک فنجان شکر سفید
 - یک فنجان آب پرتقال
 - ربع فنجان آب لیموی تازه
 - پنج فنجان آب سرد
 - سه حلقه لیمو برای تزئین (در صورت تمایل)



▪ سه حلقه لیمو برای تزئین

• طرز تهیه

کیسه های چای و برگ های نعنا را در یک ظرف بزرگ قرار دهید. آب جوش را روی آن ریخته، بگذارید حدود هشت دقیقه بماند. برگ های نعنا و کیسه های چای را خارج کنید (آنها را قبل از خارج کردن بفشارید)، حال شکر را اضافه کرده و آنقدر هم بزنید تا شکر حل شود. آب پرتقال و آب لیمو را افزوده و آب سرد را روی آن بریزید و هم بزنید تا کاملاً مخلوط شود. حال چای را با یخ، سرو کنید. در صورت تمایل آن را با حلقه های پرتقال و لیمو تزیین کنید.

زهرا شیدایی

منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=110862>



چای و قهوه یخی

اگر اهل چای و قهوه هستید در تابستان چای و قهوه یخی را حتماً امتحان کنید. قهوه را مطابق ذائقه خودتان با میزان مطلوب از پودر نسکافه، شکر و آب تهیه کنید. در مورد چای آن را با مقداری شکر و چند قطره آبلیمو که اگر تازه باشد بهتر است آماده کنید. سپس چند قطعه یخ را به چای یا قهوه بیفزایید تا خوب سرد شوند. برای اینکه این نوشیدنی ها هنگام خوردن و با ذوب شدن یخ ها آبکی و بی مزه نشوند بهتر است از قبل مقداری چای که به این ترتیب آماده شده یا قهوه را در قالب های یخ بریزید و بگذارید کاملاً یخ بزند سپس از قطعات یخ زده چای یا قهوه برای خنک کردن چای یخی یا قهوه یخی بهره بگیرید. قهوه یخی را می توانید با شیر هم تهیه کنید. در این



صورت فقط کافی است جای آب از شیر استفاده کنید یا اگر شیر در خانه ندارید از پودر کافی میت استفاده نمایید. اغلب ما در تابستان با مخلوط کردن طالبی یا گرمک با یخ و در صورت نیاز کمی شکر در مخلوط کن نوشیدنی خنکی برای پذیرایی از اعضای خانواده و مهمانان تهیه می کنیم. این کار با سایر میوه هایی که بافت نرم دارند مثل توت فرنگی و هلو نیز امکان پذیر است. با مخلوط کردن برخی از میوه ها با هم نیز می توان نوشیدنی های میوه ای با طعم های متفاوت درست کرد. فقط توجه داشته باشید که همه



این نوشیدنی ها باید در همان زمان سرو تهیه شوند و بلافاصله سرو شوند زیرا ذوب شدن یخ در آنها باعث ضعیف شدن طعمشان و جدا شدن بافت میوه از آب می شود.

منبع : روزنامه شرق

<http://vista.ir/?view=article&id=15372>

 **vista.ir**
Online Classified Service

چطور بستنی درست می شود؟

شما هم حتما با فرا رسیدن فصل گرما بیش از پیش هوس بستنی می کنید. دلیل آن کاملا روشن است.

این خوردنی دلپذیر دقیقا وقتی که شما هیچ راهی برای فرار از عطش یا گرما ندارید به کمکتان می آید و برای لحظاتی همه چیز را برایتان تغییر می دهد. پس این مایع یخ زده دوست داشتنی حتما آنقدر برایتان دلچسب است که دلتان بخواهد بدانید چطور درست می شود و یا حتی چطور می توانید آن را در منزلتان درست کنید. متن زیر به تمامی سوالاتتان پاسخ می





دهد.

- بستنی یا دسر یخ زده؟

به هر مایع یخ زده ای نمی توان بستنی گفت. در حقیقت بستنی آن است که حداقل ۱۰٪ چربی شیر در آن وجود داشته باشد . مقدار این چربی می تواند از ۱۰ تا ۱۶ درصد تغییر یابد که معمولا بستنی ها حاوی ۱۴٪ چربی شیر هستند. بیشتر بودن مقدار چربی به شکل بستنی و مزه و حالت کرم دار بودن آن کمک می کند.

اکثر سازندگان بستنی معمولا بیش از ۱۶٪ را در بستنی ها لحاظ نمی کنند زیرا باعث بالا رفتن قیمت و همچنین زیاد شدن کالری می شود. دیگر

دسر ها همچون ماست یخ زده و یا بستنی های کم چربی اصلا بستنی به حساب نمی آیند. بطور مثال " کاستارد" یخ زده که نوعی دسر یخ زده است که در آن مقدار ۱,۴ درصد تخم مرغ دارد.

اجزای سازنده بستنی بطور کلی مواد آسانی هستند اما در واقع درست شدن بستنی سیستم پیچیده ای دارد. بستنی ماده ای است که حالت ژلاتینی و معلق دارد. این حالت از دو ماده که غالبا با یکدیگر مخلوط نمی شوند بوجود می آید. این مواد به جای حل شدن در یکدیگر منتشر می شوند. در بستنی ها چربی در محلول آب و شکر و ذرات هوا پراکنده می شود .این که به هوا اشاره می شود در واقع به این علت است که بستنی نوعی حالت کفی دارد و علت آن همان ذرات هواست.

در کنار چربی شیر مواد دیگری همچون بسته های شیر بدون چربی و آب و شکر و همچنین مواد تثبیت کننده بکار می رود که این مواد تثبیت کننده باعث می شوند ، بستنی شکل بهتری بخود بگیرد .

گرچه تا کنون معمولا ژلاتین بعنوان مواد تثبیت کننده بکار می رفت اما امروزه از مواد دیگری همچون گیاهان نیز برای این منظور استفاده می شود. برای مدتی نیز از زرده تخم مرغ برای این منظور استفاده می شد که با گذشت زمان سازندگان این خوراکی مواد شیمیایی را جایگزین این روش کردند. گرچه تثبیت کننده ها نقشی کمتر از ۱٪ در بستنی ها را ایفا می کنند.

- درست کردن بستنی:

هیچ فرقی نمی کند که بستنی در منزل شما یا یک مغازه کوچک و یا حتی در یک کارخانه صنعتی بزرگ تولید شود. به هر حال روش درست کردن آن با هم هیچ فرقی نمی کند و تنها اندازه مواد متفاوت است.

ابتدا شما باید مخلوط بستنی به اندازه مناسب خریداری کنید که ممکن است آن را بتوان در فروشگاه های بزرگ پیدا کرد. این مواد معمولا توسط کارخانه های بستنی سازی به روش مخصوص تولید می شوند و سپس برای جلوگیری از رشد باکتری ها به شکل پاستوریزه به فروش می رسند. اگر شما می خواهید این ماده را نیز در منزل تهیه کنید کار سختی در پیش دارید.

زیرا باید مخلوط شیر و شکر و کرم را دو بار بجوشانید تا پاستوریزه شود. این مرحله بسیار مهم است زیرا ممکن است کسانی که این بستنی

خانگی را خورده اند به خاطر وجود باکتری آلوده بشدت بیمار شوند. این بیماری بیشتر در افراد خردسال و پیر دیده می شود.

مرحله بعدی اضافه کردن طعم به بستنی است. هزاران طعم مختلف برای بستنی وجود دارد که با ترکیب هر کدام از آنها می توان مزه دلخواه را بدست آورد. این مرحله در کارخانه ها توسط خمره های بزرگ صورت می گیرد که این خمره ها همان کار همزن های خانگی را انجام می دهند و شما می توانید بطور مثال طعم شکلات را که دلخواهتان است با کمی حوصله با همزدن مداوم به مایعتان اضافه کنید. دیگر اضافات دلخواه همچون پسته و بادام بعدا اضافه می گردند.

مرحله بعدی جایی است که ماشین ساخت بستنی وارد عمل می شود. بستنی باید همزمان یخ زده و هم زده شود. در کارخانه ها این مرحله با لوله های بزرگ یخ زده ای صورت می گیرد که مایع بستنی از میان آنها می گذرد و در همان لحظه لوله های همزن کوچکتري نیز از میان بستنی ها رد شده و سریعآ آنها را بهم می زند تا از چسبیدن تکه های کوچک یخ به کناره های لوله جلوگیری کرده تا وارد بستنی نشوند. این حرکت دقیقا توسط کامیوترها چک می شود که در مغازه های کوچکتري نیز همین راه با تفاوت کوچکتري شدن وسایل طی می شود.

این مرحله در منزل می تواند با استفاده از همزن ها و قالبهای یخ زده و تلاش شما طی شود. زمانیکه بستنی این مرحله را طی کرده و از دستگاه خارج گردید کار هنوز تمام نشده است. در این مرحله مخلوط یخ زده است اما نرم نیست.

اکنون وقت اضافه کردن خرده شکلاتها و یا بادام است. پس از آن بستنی به طرف های مخصوصی برای شکل های متنوع ریخته می شوند.

اکنون زمان آن است که آنها در دمای کمتری نگهداری شوند. دمای صفر درجه مناسب است. معمولا کارخانه ها که باید آنها را به نقاط مختلف بفرستند این دما را پایین تر می آورند. این مرحله باید به سرعت صورت بگیرد تا از بوجود آمدن دانه های کوچک یخ روی بستنی ها جلوگیری گردد.

• درست کردن بستنی در ۵ دقیقه:

▪ مواد لازم:

- ۱ قاشق شکر ،

- نصف لیوان شیر و خامه،

- کمتر از نصف قاشق مربا خوری عصاره وانیل،

- ۶ قاشق نمک، یخ به مقداری که نصف یک کیسه سر بسته را پر کند.

- دو کیسه زیپ دار

ابتدا مقدار لازم یخ را در یک کیسه سر بسته با نمک مخلوط کنید.

در بسته دیگر شکر و شیر و خامه و وانیل را خوب مخلوط کنید و آن را در یک کیسه در دار بریزید و در آن را محکم ببندید.

کیسه را داخل کیسه بزرگتری که مخلوط نمک و یخ را ریخته اید قرار دهید بطوری که یخ تمام سطح مایع شما در کیسه را بپوشاند.

سپس آنها را خوب تکان دهید. پس از ۵ دقیقه کیسه بزرگتر را باز کنید و کیسه کوچکتري را که حاوی بستنی شماست از درون آن بردارید. اکنون تنها

یک قاشق مربا خوری برای خوردن بستنی تان احتیاج دارید.

▪ به یاد داشته باشید:

هرچه مقدار شیر را بیشتر کنید بستنی شما کالری کمتری خواهد داشت و بالعکس اگر خامه بیشتری بزنید بستنی شما چرب تر و البته لذیذ تر خواهد بود.

این مقدار بستنی در اندازه های کم درست می شود و برای درست کردن آن در مقدارهای بیشتر می توانید از دو قوطی بزرگ و کوچک به جای کیسه های در دار استفاده نمایید.

• تاریخچه بستنی:

اکثر جستجو ها حاکی از آن است که بستنی برای اولین بار در چین و روم دیده شده است. مارکوپولو پس از بازگشت از سفرش تکه های یخ که مزه میوه داشتند را معرفی کرد و عنوان نمود که آسیای ها هزاران سال است که از این مواد درست می کنند.

این هدیه حدود سال ۱۵۰۰ در میان پادشاهان فرانسه رایج گردید و حدود سال ۱۷۰۰ چیزی شبیه بستنی در میان مردم رایج شد. پس از استفاده از شکر در جنگ جهانی اول و رایج شدن وسیله ای شبیه به یخچال و فریزر، بستنی نیز کم کم بیشتر در میان مردم رایج شد. پس از جنگ جهانی دوم و بهبود وضعیت روحی مردم این خوردنی خوشمزه طرفداران بیشتری پیدا کرد و در نهایت کارخانه های ساخت این ماده براه افتادند.

المیرا صدیقی

منبع : همشهری

<http://vista.ir/?view=article&id=76090>



چطور قهوه ترک دم کنیم؟

قهوه ترک به نامهایی چون قهوه یونانی و ارمنستانی هم شناخته می شود و نوشیدن آن در مناطق خاورمیانه، شمال آفریقا، ارمنستان، سومالی و کشورهای حوزه بالکان رایج است.

می گویند روش تهیه این قهوه در دمشق ابداع شد و در زمان امپراتوری عثمانی گسترش یافت. فرهنگ خوردن قهوه در کشورهای حوزه بالکان





بسیار رایج است؛ به ویژه خوردن قهوه‌هایی که با روش‌های ویژه تولید می‌شوند.

این روزها قهوه ترک هنوز هم به عنوان یک نوشیدنی سنتی در کشورهای چون یونان، مصر و رستوران‌های ترکی در سراسر جهان رواج دارد.

در شبه جزیره عربستان هم سنتی خاص برای قهوه وجود دارد. نخستین بار درخت قهوه در ۱۱۰۰ پس از میلاد به این منطقه آورده شد و پس از آن نوشیدن آن در میان اعراب گسترش یافت.

در سال ۱۴۷۵ نخستین قهوه‌خانه در پایتخت امپراتوری بیزانس راه‌اندازی شد که در آن قهوه ترک سرو می‌شد. بر اساس روایات، صاحب این قهوه‌خانه اهل یونان بود. پس از آن یک قهوه‌خانه در استانبول احداث شد.

حدود سال ۱۶۰۰ میلادی بود که قهوه به اروپای مرکزی راه یافت و در سال

۱۶۰۷ در بندر ونیز به دنیای جدید معرفی شد. چندی نگذشت که قهوه به محبوب‌ترین نوشیدنی دنیا تبدیل شد که تا امروز هم این روند ادامه دارد. امروزه در هر سال بیش از ۴۰۰ میلیارد فنجان قهوه در جهان مصرف می‌شود و بزرگترین تولیدکننده قهوه در جهان برزیل است.

• قهوه و قهوه ترک

در ترکیه تا سال ۱۹۸۰ به قهوه ترک همان قهوه می‌گفتند. در این سال بود که قهوه‌هایی که به روش‌های اروپایی حاضر می‌شدند وارد این کشور شدند و از آن زمان به بعد واژه "ترک" پس از قهوه برای نشان دادن قهوه سنتی به کار برده شد.

برای درست کردن قهوه ترک به روش سنتی آن، مواد خاصی لازم است. ترک‌ها قهوه را در فنجان‌های دسته‌دار نمی‌نوشیدند. آنها از فنجان‌های کوچک بی‌دسته استفاده می‌کردند و فنجان را در ظرفی مسی با دسته چوبی قرار می‌دادند.

برای قهوه ترک به یک ظرف کوچک قهوه‌جوش، اجاق و یک قاشق چای‌خوری هم نیاز دارید. اجزای تشکیل دهنده قهوه شما هم قهوه، آب سرد و شکر (در صورت علاقه) است.

از قاشق برای اندازه‌گیری قهوه و شکر استفاده می‌کنند. قاشق‌های چای‌خوری که ترک‌ها از آن استفاده می‌کنند معمولاً یک سانتی‌متر طول و نیم سانتی‌متر عرض دارند.

• روش کار: راز یک قهوه خوشمزه در پخت آن بر حرارت ملایم است. می‌گویند قهوه نباید زودتر از پنج دقیقه حاضر شود. برای قهوه ترک، مانند همه انواع دیگر قهوه‌ها باید از پودر دانه‌های قهوه تازه برشته شده استفاده کنید. قهوه‌ای که زیاد برشته شده باشد، ترجیح دارد اما حتی آنهایی که به طور متوسط هم برشته شده‌اند عطر و بوی خوبی می‌دهند.

برای آسیاب کردن دانه‌های قهوه می‌توانید از آسیاب‌های قدیمی یا امروزی استفاده کنید. فرقی ندارد؛ مهم این است که در پایان پودر قهوه‌ای یکدست داشته باشید. دانه‌های قهوه ترک باید خیلی خوب آرد شوند و پودر کاملاً ریز و یکدستی داشته باشند. پودر قهوه‌ای که برای طبخ قهوه

ترک به کار می‌رود، معمولا بهترین نوع پودر قهوه است.

برای گرفتن نتیجه بهتر، باید از آب سرد استفاده کنید. اگر هم می‌خواهید شکر در آن بریزید، از شکرهایی استفاده کنید که به راحتی در آب حل می‌شوند.

میزان آب مورد نیاز را هم می‌توانید با یک فنجان اندازه بگیرید. معمولا ابتدا آب را داخل ظرف قهوه‌جوش می‌ریزند و بعد قهوه و شکر را به آن اضافه می‌کنند.

برای هر فنجان قهوه، یک تا دو قاشق قهوه لازم است. در ترکیه، برای میزان شیرینی قهوه چهار درجه دارند. به قهوه بدون شکر می‌گویند: ساده. قهوه‌ای که یک نصفه قاشق چایخوری شکر داشته باشد «شکرلی» است. قهوه‌ای که یک قاشق شکر دارد: «ارتا شکرلی» و قهوه‌ای با شکر زیاد «چوخ شکرلی».

قهوه را تا زمانی که شکر حل شود، هم بزنید. بعد از این مرحله، قاشق را از قهوه‌جوش بیرون بیاورید و قهوه‌جوش را روی اجاق بگذارید. در مدتی که قهوه روی حرارت قرار دارد اصلا آن را هم نزنید زیرا باعث می‌شود کف قهوه از بین برود. زمانی که قهوه شروع به جوشیدن کرد، ظرف را از روی اجاق بردارید و قهوه را در ظرف بریزید.

قهوه ترکی که درست آماده شده باشد، یک لایه نازک از کف روی خود دارد. چنین کفی تنها زمانی به دست می‌آید که آب استفاده شده سرد باشد و قهوه با حرارت اندک به جوش بیاید.

می‌توانید ۲۰ ثانیه پس از جوش آمدن قهوه صبر کنید سپس قهوه را از روی چراغ بردارید. اما به این ترتیب قهوه یکدست و خوش طعمی دارید که کفی روی آن نیست.

برای اینکه هم قهوه یکدست را داشته باشید و هم کف روی آن را، می‌توانید زمانی که کف تشکیل شد آن را در فنجان بریزید و بگذارید باقی قهوه بیشتر بجوشد.

البته روش‌های دیگری هم برای تهیه قهوه ترک وجود دارد. مثلا در برخی از مدارس آشپزی، می‌گویند ابتدا آب را داغ کنید، بعد شکر را به آن اضافه کنید و بگذارید خوب حل شود. محصول این کار شربتی است که دمای جوش بالاتری نسبت به آب دارد. آنگاه قهوه و هل را به آن اضافه کنید و بگذارید که مخلوط به قل‌قل بیفتد.

وقتی مایع به جوش آمد، پیش از آنکه آن را در فنجان بریزید، یک بار آن را از روی حرارت بردارید و دوباره پس از چند لحظه روی حرارت قرار دهید. (برخی تا سه بار این حرکت را انجام می‌دهند) دوباره بگذارید جوش بیاید. با این کار قهوه خوش عطربتری خواهید داشت.

• آداب نوشیدن

معمولا قهوه ترک را خیلی به آرامی می‌نوشند. در کنار آن یک لیوان آب سرد هم سرو می‌شود. آب را پیش از قهوه می‌نوشند تا دهان تازه باشد و طعم قهوه را بهتر درک کنند. بعضی‌ها هم پیش از خوردن قهوه (به ویژه بعد از غذا) یک لیوان عرق نعنا می‌نوشند.

منبع : ایرانیان انگلستان

<http://vista.ir/?view=article&id=92748>

چند نکته در مورد پخت مارمالاد

- (۱) میوه هایی که می توان با آنها مارمالاد تهیه کرد ، عبارتند از : از زرد آلو ، توت فرنگی ، به ، سیب ، هلو ، آلبالو ، کیوی، آلو زرد یا قطره طلایی .
 - (۲) در مورد میوه هایی که هسته دار هستند ، ابتدا هسته آنها را خارج و سپس چرخ کنید. برای یک کیلو میوه ی شیرین، نیم کیلو شکر و برای یک کیلو میوه ی ترش، ۷۵۰ گرم شکر اضافه کنید و بگذارید تا با شعله ملایم پخته شود. در صورتی که بخواهید مارمالاد شما حالت ژلاتینه داشته باشد ، می توانید برای یک کیلو میوه، یک قاشق مرباخوری پودر ژلاتین را به نصف فنجان آب جوش اضافه کرده و آن را به میوه مورد نظرتان افزوده و بعد از ۳-۴ بار جوش، آن را از روی حرارت بردارید .
 - (۳) برای تهیه مارمالاد سیب و به ، پوست آنها را کنده، چرخ کنید و آن را با ۲ لیوان آب بپزید. سپس شکر را اضافه کنید. بهتر است برای ژلاتینه کردن مارمالاد به ، تخم های به را در یک فنجان آب جوش حل کنید و آن را با نصف قاشق مرباخوری پودر ژلاتین به مارمالاد اضافه کنید .
 - (۴) میوه های کاملاً رسیده برای تهیه مارمالاد مناسب تر هستند.
- نکاتی که در هنگام پخت مرباها، باید مورد توجه قرار گیرد
- (۱) میوه هایی که برای مربا در نظر می گیرید ، سالم و بدون لک بوده و زیاد رسیده نباشند .
 - (۲) در صورتی که شکر تمیز نبوده و رنگ آن زرد است ، می توانید برای هر یک کیلو شکر، یک عد سفیده تخم مرغ را با چنگال خوب به هم بزنید و آن را به شربت در حال جوش اضافه کرده ، از صافی ظریف رد کنید تا رنگ آن سفید و شفاف شود .
 - (۳) برای این که مربای مورد نظرتان نرم و لطیف شود ، حتماً میوه ها را قبل از اضافه کردن به شکر، بپزید ، زیرا شکر باعث سفت شدن پوست میوه می شود .
 - (۴) شربت مربا را آن قدر بجوشانید تا قوام بیاید ، یعنی اگر مقداری از مربا را در نعلبکی بریزید و با یک قاشق وسط آن خطی بکشید ، دو قسمت کاملاً جدا به وجود بیاید .
 - (۵) همیشه برای یک کیلو میوه ی ترش ، یک کیلو شکر و برای یک کیلو میوه ی شیرین ، ۷۵۰ گرم شکر در نظر بگیرید .
 - (۶) هیچ وقت مربای گرم را در شیشه نریزید . صبر کنید تا خنک شود .
 - (۸) برای جلوگیری از شکرک زدن مربای میوه های شیرین از آبلیمو استفاده کنید . علت شکرک زدن مربا، جوشیدن بیش از حد آن است. در این

شرایط بهتر است یک تا دو فنجان آب جوش به آن اضافه کرده، بگذارید ۳-۴ جوش بزند. سپس کمی آبلیمو به آن اضافه کنید تا شکرک مربا برطرف شود.

۹) ممکن است مربا بعد از مدتی کپک بزند. در این شرایط شربت مربا به اندازه کافی، قوام نیامده است. برای برطرف کردن این مشکل باید مقداری شکر به مربا اضافه کرده، بگذارید کمی بجوشد. فراموش نکنید در صورتی می توانید این کار را انجام دهید که مقدار کپک آن کم باشد و ترش نشده باشد.

۱۰) همیشه، آبلیمو را ۱۵-۱۰ دقیقه قبل از برداشتن ظرف مربا از روی حرارت به آن اضافه کنید.

۱۱) ظرفی را که برای پخت مربا استفاده می کنید، باید لعابی باشد، به جز مربای به که بهتر است در ظرف مسی پخته شود.

۱۲) موقع پخت مربا در قابلمه را باز بگذارید تا رنگ آن تغییر نکند، به جز مربای به که باید حتماً در ظرف را بگذارید تا رنگ آن سرخ ارغوانی شود

منبع : ایرانیان انگلستان

<http://vista.ir/?view=article&id=92778>



چند نکته مهم در تهیه دسرها، پودینگها و ژله ها

۱) اگر بخواهیم ژله دو رنگ درست کنیم. یک رنگ را در ظرف ریخته میگذاریم در یخچال تا خودش را بگیرد.

۲) اگر ژله شل بود و در یخچال سفت شد می توانیم دوباره آنرا بجوشانیم و غلیظ کنیم.

۳) برای اینکه میوه در ته ظرف قرار گیرد ابتدا مقدار کمی ژله همراه میوه ریخته در یخچال می گذاریم.

۴) در مورد پودینگها حتماً باید در حالت گرم در ظرفهای مورد نظر بریزیم.

۵) پودینگ سریعاً بسته می شود.



- ۶) نشاسته پودینگها حتماً باید تازه و تمیز باشد.
- ۷) ظرف تهیه پودینگها باید کمی گود باشد و با حرارت کم تهیه شود که بیرون نپرد.
- ۸) فرم گرفتن خامه: باید خامه و پودر شکر را مخلوط کرده در فریزر به مدت ۱۲ ساعت بگذاریم و بعد از بیرون آوردن خوب بزنییم تا فرم بگیرد. حالت فرم گرفته حالتی است که جای پرهاهای همزن در آن باقی بماند.
- ۹) مهمترین نکته در پودینگها تازه بودن تمام مواد است.
- ۱۰) در مورد ژله ها و دسرها، حتماً تاریخ مصرف کمپوتها باید مشخص باشد.
- ۱۱) پودر ژلاتینها کهنه نباشد.
- ۱۲) دسرها باید حتماً تازه سرو شوند.
- ۱۳) طریقه بن ماری: یعنی یک ظرف آبگرم را روی حرارت گذاشته و ظرف دسر را به آرامی روی آن قرار داده و هم می زنیم. حرارت نباید زیاد باشد که آبجوش بداخل ظرف دوم برود.
- ۱۴) اگر ژله دو رنگ یا بیشتر باشد در فاصله زمانی که ژله رنگ اول در یخچال ببندد اگر ژله رنگ دوم کمی سفت شود می توانیم آن را گرم کرده و روی ژله اولی بریزیم و بقیه رنگ ژله ها را هم به همین طریق گرم کنیم و روی ژله ها بریزیم.
- ۱۵) تزئین ژله و دسرهائی که برای سفت شدن در یخچال قرار می گیرند، همواره بعد از بیرون آوردن از یخچال باید انجام گیرد.
- ۱۶) از آنجا که تهیه دسر و ژله ها چندین بار تمیرن شده اند، توجه داشته باشید که مواد را دقیقاً به همان میزان که گفته شده است استفاده کنید.
- ۱۷) دستور تهیه خامه فرم گرفته: ۲۰۰ گرم خامه را با ۱۰۰ گرم پودر قند مخلوط کرده و به مدت ۱۲ ساعت در یخچال می گذاریم. سپس با همزن به مدت ۲ تا ۴ دقیقه می زنیم تا شکل بگیرد بطوریکه اگر روی آن با چنگال خط بکشیم جای خطها باقی بماند.

منبع : سایت سیمرغ

<http://vista.ir/?view=article&id=92293>



- مواد لازم:
- ۲۰۰ گرم بیسکویت ساده
- ۱ قاشق سویچوری پودر کاکائو
- ۵۰ گرم کره
- مواد میانی کیک:
- ۷۵۰ گرم پنیر خامه ای بدون نمک
- ۱۵۰ گرم شکر
- یک چهارم قاشق چایخوری وانیل
- ۳ عدد تخم مرغ
- ۲۰۰ گرم شکلات تلخ
- طرز تهیه: ۱

(فر را با حرارت ۱۸۰ درجه سانتیگراد گرم کنید.

۲) بیسکویت ها را پودر کنید و پودر کاکائو را به آن اضافه کنید.

۳) کره را آب کنید و روی این مخلوط بریزید و مخلوط مواد را کف یک قالب به قطر ۲۳ سانتیمتری پهن کنید و روی آن را با قاشق صاف کرده و فشار دهید.

۴) پنیر خامه ای، شکر، وانیل و تخم مرغ ها را با دور آرام همزن برقی بزنید تا خوب مخلوط شوند. شکلات را ذوب کرده و پس از آنکه کمی خنک شد با مخلوط پنیر و تخم مرغ بیامیزید و درون قالب بریزید.

۵) قالب را به مدت ۳۵ دقیقه در فر بگذارید. پس از این مدت در فر را باز کنید و قالب را در فر خاموش و با در باز، خنک کنید. ۶) پس از گذشت ۳۵ دقیقه وسط چیزکیک هنوز حالت مایع دارد، ولی پس از خنک شدن سفت می شود. این مایع به دلیل خام بودن چیزکیک نیست.

۷) در آخر چیزکیک را ۳ تا ۴ ساعت در یخچال قرار داده و بعد آن را سرو کنید.

منبع : روزنامه ابتکار

<http://vista.ir/?view=article&id=97771>

حلوا

• مواد لازم: (برای ۴ نفر)

▪ آرد گندم ۲۵۰ گرم

▪ شکر ۲۰۰ گرم

▪ روغن ۲۰۰ گرم

▪ زعفران نیم مثقال

▪ گلاب نصف لیوان

▪ پسته خرد شده

▪ مغز بادام خرد شده

• طرز تهیه:

حلوا یک دسر خوشمزه است. برای آماده کردن حلوا روغن را در ظرفی داغ کرده تا هنگامیکه که به جوش آید. آرد را اضافه می کنیم، حرارت را کاهش می دهیم و به طور مداوم آن را حرکت می دهیم تا شکر به رنگ طلایی درآید و غلیظ و خوشبو شود. شکر را به یک لیوان آب اضافه می کنیم و آن را

برای جوشاندن آماده می کنیم. زعفران و گلاب را اضافه و آنها را مخلوط می کنیم، صبر می کنیم تا آرد خنک شود و سپس مخلوط را اضافه می کنیم و خوب تکان می دهیم. اگر مخلوط به اندازه کافی غلیظ نیست برای یک دقیقه و نه بیشتر آن را روی حرارت قرار می دهیم. می توانید آن را با پسته و مغز بادام خرد شده تزئین کرده و میل کنید.

منبع : آشپزباشی

<http://vista.ir/?view=article&id=79252>



حلوا

- مواد لازم:

- آرد گندم سفید سه لیوان
- شکر دو لیوان
- روغن یک لیوان
- زعفران ساییده حل شده پنج قاشق غذا خوری
- آب سه لیوان
- گلاب یک فنجان

- طرز تهیه:

روغن را در ظرفی می ریزیم (ظرف نباید تفلون باشد) آرد را به روغن اضافه کرده و در حرارت ملایم مرتب هم می زنیم تا آرد کاملن سرخ شود. وقتی آرد خوب سرخ شد و رنگ آن طلایی و بوی آرد سرخ شده بلند شد، موقع اضافه کردن شربت حلواست که از قبل آماده کردیم. (آرد بعد از سرخ



شدن به شکل زیر در می آید و به روغن می افتد.)

شربت را به آرامی به آرد اضافه می کنیم و خوب هم می زنیم تا شربت به خورد آرد برود و آرد گلوله- گلوله نشود. سپس حلوا را در ظرف کشیده و آنرا شکل می دهیم.

برای تهیه حلوای موز، همین حلوا را در سینی پهن می کنیم بعد از اینکه کمی سرد شد موز را در وسط حلوا قرار داده و آنرا مثل رولت می پیچیم و در یخچال به مدت یک ساعت می گذاریم تا کاملن خودش را بگیرد و سپس با چاقو آنرا مثل رولت برش می دهیم.

- طرز تهیه شربت حلوا

شکر را با آب مخلوط کرده و می گذاریم بجوشد و سپس زعفران و گلاب را به آن اضافه می کنیم. شربت حلوا نباید غلیظ شود چون حلوا سفت می شود اگر خیلی هم رقیق باشد حلوا خمیر می شود. پس در درست کردن شربت دقت کنید.

این حلوا بسیار خوشمزه است .

- برای اینکه حلوای خوبی داشته باشیم آرد حتمن باید خوب سرخ شود . شاید کمی سخت باشد چون آرد وقتی در روغن ریخته می شود سنگین می شود و هم زدن آن مشکل و چون باید با حرارت ملایم سرخ شود (در حرارت تند آرد می سوزد و تلخ می شود) برای همین وقت و

حوصله زیادی می بره. بعضی ها برای اینکه آرد سبک شود و راحت تر هم بخورد، ابتدا آرد را بدون روغن کمی تف می دهند که این کار باعث تیرگی و بد طعمی حلوا می شود. اگر حلوای خوشمزه می خواهید کمی زحمت را تحمل کنید ولی در عوض مطمئن از خوردن این حلوا لذت می برید.

منبع : شیندخت

<http://vista.ir/?view=article&id=89017>



حلوا تخم مرغ

پیشنهاد سرآشپز برای شما این بار حلوا تخم مرغ است. امتحان کنید:

- مواد لازم:
 - تخم مرغ ۲ عدد
 - آرد برنج ۱/۲ پیمانه
 - زرده تخم مرغ ۲ عدد
 - شکر ۱/۲ پیمانه
 - روغن ۱/۲ پیمانه
 - پودر هل ۱ قاشق سوپخوری
 - زعفران در صورت تمایل ۱ قاشق سوپخوری حل شده



▪ گلاب ۱/۴ پیمانه

• طرز تهیه:

زرده تخم مرغ، تخم مرغ، شکر، پودر هل، گلاب و زعفران حل شده را در ظرفی ریخته و با همزن دستی به مدت ۵ دقیقه هم بزنید. روغن را روی حرارت ملایم گرم کنید آرد برنج را در روغن تفت دهید تا رنگ آن کمی تغییر کند از روی حرارت بردارید و کم کم مایه تخم مرغ را به آن اضافه کنید دوباره روی حرارت قرار دهید مرتب هم بزنید تا تخم مرغها بسته شود و حلوا به روغن بیفتد.

حلوا تخم‌مرغ یکی از قدیمی‌ترین حلو‌هایی است که در گذشته در هرمزگان پخته می‌شده است.

منبع : همشهری آنلاین

<http://vista.ir/?view=article&id=116752>



حلواي آرد برنج

• مواد لازم:

- آرد برنج یک پیمانه

- آب دو و نیم پیمانه

- گلاب یک پیمانه

- شکر یک و نیم پیمانه

- زعفران به میزان لازم

- روغن به ميزانی که آرد در آن حل شود.

• طرز تهیه: آب، شکر و زعفران مواد شهد هستند که جداگانه روی گاز گذاشته شود. قبل از جوشیدن، گلاب را نیز اضافه کرده پس از یک جوش از روی گاز برداشته، کنار می‌گذاریم. آرد برنج را الک کرده، درون تابه با روغن



تف می‌دهیم.

پس از بلند شدن بوی آرد برنج، مواد شهد را اضافه کرده مرتب زیر و رو می‌کنیم تا وقتی که حلوا به طرف نچسبد و نیز به روغن بیفتد. در این مرحله حلوا آماده است در ظرفی ریخته و با خلال بادام و یا پودر نارگیل تزیین نمایید.

از مزایای این حلوا سریع آماده شدن و خوش خوراکی آن است.

• نکات مورد توجه:

- (۱) در زمستان از روغن مایع و در تابستان از روغن جامد استفاده کنید.
- (۲) در مرحله آخر اگر پس از مدتی به روغن نیفتاد مقداری دیگر روغن بریزید.
- (۳) زعفران را از قبل آب کرده سپس در شهد استفاده کنید.

منبع : سایت یاد بگیر

<http://vista.ir/?view=article&id=94799>



حلوائی آرد گندم در سفره رمضان

• مواد لازم

- آرد گندم ۵۰۰ گرم
- شکر ۳۸۰ گرم
- زعفران ساییده شده ۱ قاشق چای خوری
- مارگارین ۵۰۰ گرم
- آب ۲ لیوان پر
- گلاب ۱ پیمانه

• طرز تهیه

آب و شکر را با هم مخلوط می کنیم و روی حرارت قرار می دهیم. بعد از جوش آمدن و آب شدن شکر، زعفران را اضافه میکنیم و در آخر گلاب را می ریزیم و بعد از یکی - دو جوش طرف را از روی حرارت برمیداریم تا از داغی



بیفتد (در حد ولرم کفایت می کند).

مارگارین را در قابلمه ی مناسبی می ریزیم و روی حرارت قرار می دهیم تا داغ شود و بعد آرد را که بهتر است آلك شده باشد کم کم اضافه می

کنیم. حرارت را کم می کنیم و آن را مرتب هم می زنیم تا رنگ آرد کاملاً خرمایی شود و بوی عطر آن به مشام برسد (اگر با حرارت بالا این عمل انجام شود، آرد می سوزد و حلوای تلخی به دست می آید). سپس ظرف را از روی حرارت برمی داریم. یک دقیقه تحمل میکنیم تا از داغی بیفتد بعد شربت را داخل آن می ریزیم و مرتب هم میزنیم تا آرد و شربت با هم مخلوط شوند. اگر حلوای کمی شل بود می توانیم ۱ تا ۲ دقیقه ی دیگر ظرف را روی حرارت قرار دهیم (بعد از اضافه کردن شربت نباید حلوای را روی حرارت قرار داد، زیرا باعث خشک شدن آن می شود).

حلوای را در دیس می کشیم و با سر قاشق یا انواع قالب ها آن را تزئین میکنیم و در آخر قدری پودر پسته و یا پودر نارگیل رویش می پاشیم.

<http://vista.ir/?view=article&id=115688>



حلوای بادام

• طرز تهیه:

در تابه ای آرد را روی حرارت ملایم بدون کره تفت می دهیم تا زمانی که کرم رنگ شود. آرد تفت داده شده را الک می کنیم تا بدون گلوله باشد. تابه را دوباره روی حرارت ملایم گذاشته ، کره یا روغن را به آن اضافه می کنیم و مرتب هم می زنیم. هل ، زنجبیل و خلال بادام را به مخلوط آرد و کره می افزاییم و کمی تفت می دهیم. در نهایت پودر قند را الک می کنیم تا کاملاً نرم شود. سپس به مواد اضافه می کنیم. ظرف



محتوی حلوای را از روی حرارت بر می داریم و مواد را مرتب هم می زنیم تا خوب با هم مخلوط شوند. از حلوای درون ظرف مناسبی که چرب کرده ایم می ریزیم ، با پشت قاشق آن را صاف می کنیم و ظرف را تکان می دهیم تا همه ی مواد به طور یکنواخت پخش شود. اجازه می دهیم حلوای در دمای اتاق خنک شود. بعد از سرد شدن ، روی حلوای را با کارد و خط کش به شکل چهار گوش یا لوزی برش می دهیم.

• مواد لازم:

۵۰۰ گرم آرد سفید

۳۵۰ گرم روغن یا کره

۵۰۰ گرم پودر قند

۲ قاشق سوپ خوری سرخالی پودر زنجبیل

۱۰۰ گرم خلال بادام

پودر قند ، پودر کاکائو و پودر پسته برای تزیین

• روش برش زدن و چیدن حلوا

هنگام خارج کردن حلوا از سینی و منتقل کردن آن به سینی دیگر ممکن است ردیف اول آن خرد شود؛ بنابراین این به نکات زیر توجه کنید:

کارد کوچک را به طور افقی زیر ردیف دوم انداخته و بکشید تا برش های حلوا از سینی جدا شود . بعد برش ها را در سینی دیگری ، کنار هم بچینید. دو تکه کاغذ به طول سینی ببرید ، یک تکه آن را روی نیمی از حلوا بگذارید. روی نیمه ی دیگری از حلوا که با کاغذ پوشیده نشده است را با چایی صاف کن خاکه قند بریزید و بعد با کاغذ روی آن را بپوشانید . نیمی از حلوا را با کاغذ پوشانده بودید با چایی صاف کن پودر کاکائو بپاشید . این عمل را آنقدر تکرار کنید تا همه ی قسمت های حلوا با پودر قند و پودر کاکائو تزیین شود . کمی پودر پسته روی حلوا بریزید و سفره ی افطار خود را با این دسر خوشمزه تزیین کنید.

توجه: این حلوا را می توان درون کاغذهای مخصوص قرار داد.

منبع: مجله هنر آشپزی

منبع : شبکه رشد

<http://vista.ir/?view=article&id=13116>

 **vista.ir**
Online Classified Service

حلواي خرما



- مواد لازم:
- ۱۵۰ گرم آرد گندم
- ۵۰۰ گرم خرما
- ۱۲۰ گرم روغن مایع
- ۲ قاشق سوپ خوری گلاب
- ۱ قاشق مربا خوری زعفران دم کرده
- ۱ قاشق سوپ خوری پودر پسته
- ۱ قاشق سوپ خوری پودر بادام
- طرز تهیه

آرد را دو بار الک می کنیم و در روغن تفت می دهیم تا رنگ آن مایل به قهوه ای شود . روغن را به آرد می افزاییم و خوب هم می زنیم. خرما را از هسته جدا می کنیم ، با گلاب و زعفران دم کرده به آرد تفت داده شده می افزاییم و با قاشق بزرگی آن را هم می زنیم . بعد از این که مواد کاملاً با هم مخلوط شد ، ظرف محتوی حلوا از روی حرارت بر می داریم تا حلوا کمی سرد شود (در این مرحله اگر حلوا را ورز بهتر است). از حلوا در ظرف مناسبی می ریزیم و با پودر پسته و پودر بادام تزیین می کنیم.

- نکته ۱: به جای روغن مایع می توان از ۲۰۰ گرم کره استفاده کرد.
- نکته ۲: این حلوا را می توانید با دست به شکل های مختلف درآورید و بعد در ظرف مناسب بچینید.

منبع : سازمان آموزش و پرورش استان خراسان

<http://vista.ir/?view=article&id=75196>

 **vista.ir**
Online Classified Service

حلوای سه رنگ

شرح حال این غذا:

مواد لازم:

آرد گندم نیم کیلوگرم

پودر شکر نیم کیلوگرم

روغن جامد ۳۲۵ گرم

آب یک لیوان

هل کوبیده نصف قاشق سوپخوری

زعفران حل در نصف لیوان آبجوش نصف قاشق چایخوری

کاکائو ۱،۵ قاشق سوپخوری

شکر ۱،۵ قاشق سوپخوری

خلال بادام و خلال پسته جهت تزئین به مقدار کافی

نایلون تمیز یک قطعه

دستور تهیه: ابتدا شکر و کاکائو را در نیم لیوان آب جوش حل کنید و آرد را درحدی که کرم رنگ شود بدون روغن تفت دهید، ظرف را از روی حرارت برداشته و سپس آرد را الک کنید. مجدداً طرف آرد را روی حرارت بگذارید و روغن را بیفزایید و خوب مخلوط کنید. شکر و یک لیوان آبجوش را مخلوط کنید و به حلوا بیفزایید، پس از مخلوط کردن از روی حرارت بردارید. حلوا را هم بزنید تا خودش را بگیرد. سپس آنرا به سه قسمت مساوی تقسیم نموده و به طریق زیر عمل کنید.

یک قسمت را با زعفران آبکرده و قسمت دوم را با محلول شکر و کاکائو خوب مخلوط کنید و قسمت سوم را نیز به همان رنگ کرم روشن باقی بگذارید و با کمی پودر هل مخلوط کنید. سطح یک سینی بزرگ و مسطح را کمی چرب کنید و حلوای ساده را در سینی بریزید و بصورت یکنواخت پهن کنید. حلوای کاکائو را روی یک قطعه نایلون مانند قسمت اول پهن کنید و سپس با دقت این حلوا را روی حلوای ساده برگردانید. حلوای زعفرانی را هم روی نایلون باز کنید و روی حلوای کاکائو قرار دهید. سپس روی آنرا با خلال پسته و بادام تزئین کرده و بگذارید تا خنک شود. پس از خنک شدن، حلوا را به شکل لوزی برش بزنید و سرو کنید.

منبع : روحین سایت مازندران

<http://vista.ir/?view=article&id=7902>

حلوای شیری

- مواد لازم:

- آرد یک پیمانه
- شیرخشک پرچرب یک پیمانه
- روغن مایع یک پیمانه
- شکر یک پیمانه
- زعفران ساییده شده به مقدار لازم
- گلاب نصف پیمانه

- روش پخت:



۱) ابتدا شیر حلو را درست کنید. برای این کار یک پیمانه آب جوش را در کاسه‌ای بریزید و شکر، زعفران و گلاب را به آن اضافه کنید و آن قدر با قاشق

هم بزنید تا مایعی یکدست حاصل شود. این کار را می‌توانید روی شعله اجاق گاز انجام دهید تا مواد با سرعت بیشتری در آب حل شوند.

۲) تابه نجسبی آماده کرده، روغن را در آن بریزید و روی شعله اجاق گاز قرار دهید تا داغ شود. سپس آرد و شیرخشک را همزمان اضافه کنید و روی شعله ملایم مدام هم بزنید تا مخلوط در روغن تفت داده شود و تغییر رنگ پیدا کند.

• نکته: برای آنکه از کافی بودن مقدار سرخ شدن مخلوط آرد و شیر خشک مطمئن شوید، کمی از مخلوط آردی سرخ شده را داخل نعلبکی بریزید و مقداری شیر به آن اضافه کنید و مرتب هم بزنید. اگر از رنگ حاصله راضی بودید، زمان اضافه کردن شیر به مخلوط آردی رسیده است. در غیر این صورت، سرخ کردن آرد و شیر خشک را ادامه دهید.

۳) وقتی زمان ریختن شیر رسیده، آن را کم‌کم در تابه بریزید و مدام هم بزنید تا حلو حالت سفت به خود بگیرد و به اصطلاح روغن بیندازد.

- نکات:

نکته یک) از شیر خشک بچه استفاده نکنید، زیرا حلوای شما بی مزه خواهد شد.

نکته ۲) کافی میت (Coffee mate) نیز برای این کار مناسب نیست، چون گلوله گلوله می شود و حلو ظاهر نامناسبی پیدا می کند.

حلوای گندم دسری خوشمزه برای افطار

- مواد لازم:

- آرد گندم: سه فنجان،
- شکر: سه فنجان، آب: چهار لیوان،
- کره یا روغن جامد: ۲۵۰ گرم،
- زعفران ساییده: نصف قاشق چایخوری،
- گلاب: یک فنجان، پسته و مغز بادام خردشده به میزان دلخواه.

- شیوه پخت:

شکر و آب را می جوشانیم و زعفران ساییده و حل شده و گلاب را به شربت آماده اضافه می کنیم و کناری می گذاریم. روغن یا کره را روی حرارت آب می کنیم و به تدریج آرد را به آن می افزاییم و با قاشق چوبی مرتب هم می زنیم تا آرد کاملاً طلایی رنگ شوند. سپس قابلمه را از روی حرارت برداشته و شربت را کم کم به آن اضافه می کنیم و مرتب هم می زنیم تا آرد و شربت با هم مخلوط شوند. دوباره آن را روی حرارت ملایم قرار می دهیم و دوباره هم می زنیم تا حلوای به روغن بیفتد. حلوای آماده را در دیس می ریزیم و روی آن را با پسته و مغز بادام خرد شده تزیین می کنیم. این حلوای را با آرد برنج نیز می توان تهیه نمود.



منبع : روزنامه جوان

<http://vista.ir/?view=article&id=74626>

حلوائ مخصوص آرد گندم

- مواد لازم:

- آرد گندم (مخصوص نان سنگك الك شده): ۷۵۰ گرم

- روغن: ۵۰۰ گرم

- شكر: ۵۰۰ گرم

- زعفران ساييده شده: يك قاشق چايخوري

- آب: يك ليتر

- گلاب: ۲ پيمانه

- هل ساييده شده: يك قاشق سوپخوري

- طرز تهييه:



ابتدا روغن را در ظرفی ریخته و روی اجاق می‌گذاریم تا داغ شود، سپس آرد را اضافه نموده و مرتب به هم می‌زنیم تا خوب سرخ شود و به رنگ خرمایی در آید و بوی آن بلند شود. ظرف را از روی اجاق برداشته، آب و شكر را با هم مخلوط کرده، زعفران را اضافه نموده و می‌گذاریم روی حرارت چند جوش بزند تا به صورت شربت در بیاید، سپس شربت، هل و گلاب را به مایه حلوا اضافه کرده تمام مواد را مخلوط می‌کنیم و به هم می‌زنیم و ظرف را تکان می‌دهیم تا حلوا به روغن بیفتد. نکته‌ای که باید به آن توجه کرد این است که حلوا باید نه زیاد سفت باشد و نه زیاد شل. اگر حلوا سفت باشد لطافت خود را از دست می‌دهد و خشك می‌شود.

منبع : خانواده سبز

<http://vista.ir/?view=article&id=73580>

خرمای مغزدار

این خوراکی از خرما درست می‌شود. خرما به ما کمک می‌کند که قوی بمانیم. خرما پر از مواد غذایی مفید است.

• مواد لازم :

- خرما
- مغز گردو
- پودر نارگیل
- طرز تهیه:

دسته‌هایتان را خوب بشویید. حالا هسته‌های خرما را بیرون بیاورید و به‌جای هر کدام از هسته‌ها یک تکه مغز گردو قرار دهید. دو طرف خرما را به هم بچسبانید تا مغز گردو بیرون نیفتد. بعد خرماها را در پودر نارگیل بغلتانید. اگر نارگیل‌ها به خرما نمی‌چسبند تا حد ممکن پوست‌های خرما را بگیرید تا خرما چسبناک شود و پودرهای نارگیل را به خود بگیرید. به‌جای مغز گردو می‌توانید از مغز بادام ، مغز پسته ، یا هرچیز مغز دیگری که در خانه دارید استفاده کنید. آرد نخودچی و پودر پسته هم می‌تواند به‌جای پودر نارگیل استفاده شود.

این خوراکی با چای و شیر بسیار خوشمزه است. نوش جانان !



منبع : روزنامه سلامت

<http://vista.ir/?view=article&id=74825>

خنك شويد

تابستان است و خورشيد داغ تر از هميشه بر ما مى تابد. در اين ميان يك ليوان نوشيدنى خنك بهترين ابزار براى رفتن به جنگ گرما است و صد البته نوشيدنى هاى ميوه اى به خصوص از نوع خانگى بر انواع كارخانه اى و گازدار آن برترى دارند. در اينجا چند نمونه ساده و خوش طعم از نوشيدنى هاى خنك را پيشنهاد مى كنيم.

• ميلك شيك توت فرنگى

مواد لازم براى هر ليوان: يك پيمانه توت فرنگى ، دو قاشق سوپخورى بستنى با طعم توت فرنگى، سه تا چهار قطعه يخ. توت فرنگى ها را خوب بشوييد. سپس برگ هاى سر توت فرنگى را بگيريد. توت فرنگى ها را با ساير مواد در مخلوط كن بريزيد و چند ثانيه آن را روشن نگاه داريد تا يخ خوب خرد شود و مواد مخلوط شوند. ميلك شيك شما آماده است. اگر براى پذيرايى از مهمانان اين ميلك شيك را تهيه مى كنيد مى توانيد آن را به زيبايى با يك عدد توت فرنگى درسته و يك شاخه اسطوخودوس تزيين كنيد. ساقه اسطوخودوس را در توت فرنگى فرو بريد و آن را روى دهانه ليوان بگذاريد و اگر اسطوخودوسى در دسترس نداريد مى توانيد از سيخ هاى چوبى باريك كه براى تهيه كباب چوبى مورد استفاده قرار مى گيرند، بهره بگيريد.



منبع : روزنامه شرق

<http://vista.ir/?view=article&id=15370>

دارچین معطر و گرمابخش

دارچین ادویه‌ای خوش طعم و بو است که خواص گرمابخش و تقویت کننده آن در از میان بردن سرماخوردگی و عوارض ناشی از آن، خلط و کمبود انرژی اثری شگفت انگیز دارد. دارچین از زمان‌های بسیار دور برای درمان اسهال، روماتیسم، گرفتگی عضلات، دردهای شکمی و ناراحتی‌های زنانه مورد استفاده قرار می‌گرفته است. بیش از دو هزاره است که این ادویه به عنوان ماده‌ای مفید، گرمابخش و دارای خواص درمانی شناخته شده است. در انجیل به دارچین اشاره شده است و در مصر باستان از فواید آن سود می‌بردند. در خلال قرون وسطی سربازان جنگ‌های صلیبی دارچین را به اروپای غربی بردند تا در آنجا برای مصارف خوراکی، درمانی و در ساختن عطریات مورد استفاده قرار گیرد.

▪ دم کرده داغ دارچین محرك دستگاه گردش خون است و افزایش تعریق و در نتیجه بهبود بیماری‌هایی از قبیل آنفلوآنزا، انواع

سرماخوردگی‌ها، زکام، تب و عفونت‌ها را موجب می‌شود. مخلوط شیر و دارچین يك نسخه قدیمی و سنتی برای درمان اسهال خونی است. خواص گرمابخش و محرك دارچین را می‌توان با افزودن مواد دیگر به آن جهت بخشید و متوجه بخش خاصی از بدن کرد. به عنوان مثال افزودن دارچین به آوبشن یا زنجبیل شامی (راسن) مخلوطی مناسب برای گرفتگی‌ها و عفونت‌های برنشی است. دارچین بر روی دستگاه گوارش نیز اثر



گرما بخش و محرك دارد و پروسه گوارشی را بهبود بخشیده و در درمان قلنج روده، اسهال، تهوع و نفخ معده و روده مفید است. شاید به همین جهت است که ما ایرانیان در بسیاری از غذاهای سنتی و بومی خود که به اصطلاح طبیعت سرد دارند مانند لوبیاپلو یا باقالاپلو از دارچین استفاده می‌کنیم.

▪ روغن دارچین قوی‌ترین ضد عفونی کننده طبیعی شناخته شده است. ویژگی ضدباکتری و ضدقارچ این روغن در پیشگیری و درمان عفونت‌های حادى مثل سیستیت، سرماخوردگی‌های شدید، برونشیت، برفك دهان و التهاب امحا و یا عفونت‌های مزمنی مانند ورم لوزه بسیار مفید است. مواد موجود در این روغن به عنوان يك آرام بخش نیز عمل می‌کنند و به تخفیف دردهایی چون دردهای ناشی از آرتروز، سردردها، درد ماهیچه و حتی دندان درد، چنانچه به صورت موضعی مصرف شوند، كمك می‌کنند.

▪ دارچین همچنین به عنوان تقویت کننده و دارویی برای از میان بردن خستگی، افسردگی، خواب آلودگی زمستانی، اختلالات گردش خون و مشکلات عصبی سودمند بوده و از قدیم به کار می‌رفته است. از دارچین از گذشته‌های دور برای درمان وبا، اریون و يك داروی استنشاقی برای مسلولین استفاده می‌شده است.

از محلول دارچین به عنوان شوینده ای ضد عفونی کننده برای زخم‌های سطحی، بریدگی‌ها و همچنین جای نیش حشرات می‌توان بهره برد. اما با وجود فواید متعدد دارچین مصرف زیاد آن در دوران بارداری برای خانم‌ها توصیه نمی‌شود.

▪ دارچین در طب‌های ایرانی مصارف زیادی دارد و از آن به عنوان طعم دهنده و برای معطر کردن غذاها، دسرها و شیرینی‌های گوناگون استفاده می‌شود. در اینجا تهیه يك نوع شیرینی دارچینی را به عنوان کاربردی جدید برای این ادویه خوش طعم و بو پیشنهاد می‌کنیم.

• مواد لازم برای تهیه شیرینی دارچینی:

۱۷۵ گرم آرد سفید

۱۰۰ گرم کره یا مارگارین

۵۰ گرم پودر قند

نصف قاشق چایخوری دارچین

۱ عدد زرده تخم مرغ

برای تزئین شیرینی:

۲۲۵ گرم پودر قند

۲ تا ۳ قاشق سوپخوری آب پرتقال

پوست پرتقال درشت رنده شده

آرد را در ظرف گودی الك کنید و کره را که قبلاً در دمای معمول اتاق گذاشته اید تا نرم شود به آرد افزوده، مخلوط کنید. پودر قند، دارچین، رنده پوست پرتقال و زرده تخم مرغ را اضافه کنید و خوب مخلوط کنید تا خمیر نرمی به دست آید. آن را کمی ورز دهید و سپس با وردنه روی سطح صافی که کمی آرد بر روی آن پاشیده اید به صورت لایه ای نازك باز کنید. با سر يك لیوان و یا يك قالب بیسکویت گرد به قطر ۶ سانتی متر ۲۴ عدد

شیرینی گرد از خمیر درآورید. يك دایره كوچك از سطح شیرینی ها بریده و جدا کنید. این کار را به وسیله ای مثل تشتك پلاستیکی در بطری نوشابه می توانید انجام دهید. شیرینی های حلقه ای را در يك سینی فر که قبلاً کمی چرب کرده اید بچینید و آن را به مدت ۱۰ تا ۱۵ دقیقه در فر با دمای ۱۸۰ درجه سانتی گراد یا ۳۵۰ درجه فارنهایت بپزید تا شیرینی ها طلایی شوند. آنها را از فر خارج کرده بر روی شبکه سیمی سرد کنید. برای تزئین شیرینی ها پودر قند را با آب پرتقال مخلوط کنید تا مخلوط نرم و يك دست شود. سطح روی شیرینی ها را با این مخلوط بپوشانید و کمی رنده پوست پرتقال روی آنها بپاشید و صبر کنید تا مخلوط پودر قند بسته و سفت شود.

منبع : روزنامه شرق

<http://vista.ir/?view=article&id=9376>

 **vista.ir**
Online Classified Service

دسر

• پارافه قهوه

• مواد لازم:

قهوه (چهار قاشق غذاخوری)، شیر (يك لیوان)، خامه (دویست و پنجاه گرم)، زرده تخم مرغ (هشت عدد)، شکر (سه چهارم لیوان)، وانیل (نصف قاشق چایخوری)، خلال بادام یا بادام پولکی (سه چهارم لیوان)

• طرز تهیه:

قهوه را ابتدا با مقداری آب روی حرارت بگذارید تا بجوشد، به محض جوش آمدن شعله را خاموش کرده، قهوه را از صافی رد کنید. زرده تخم مرغ و شکر و وانیل را با همزن بزنید تا کاملاً سفت شود، شیر و قهوه را کم کم به زرده



اضافه کرده و مرتب هم می زنید تا مایه صاف و یکدست شود.

این مایه را داخل یخچال قرار می دهید تا کاملاً سرد شود، خامه را فرم داده و کم کم به مایه اضافه کنید ته قالب مورد نظر را يك لایه پلاستیک

انداخته و مقداری خلال بادام بو داده ریخته و مایه را درون قالب ریخته و در فریزر به مدت هشت ساعت قرار دهید تا کاملاً ببندد. سپس از فریزر خارج کرده با کارد اطراف پارافه را از قالب جدا کنید و درون ظرف مناسبی برگردانده، پلاستیک را از روی آن بردارید و بادام را روی سطح و اطراف پارافه بپاشید.

• پلمبیر

• مواد لازم:

تخم مرغ (هفت عدد)، شکر (هفت قاشق غذاخوری)، وانیل (یک چهارم قاشق چایخوری)، خامه (پانصد گرم)، آناناس خرد شده (یک فنجان)، خلال پسته (دو قاشق سوپخوری)، بستنی توت فرنگی (نیم کیلو) توت فرنگی خرد شده یا شاتوت (دو الی سه قاشق غذاخوری)

• طرز تهیه:

سفیده و زرده را جدا کنید، زرده را با نصف شکر و وانیل بزنید. سفیده را هم بزنید تا سفت شود و شکر را به تدریج به آن اضافه کرده و دوباره هم بزنید تا کاملاً سفت شود، خامه را نیز باید هم بزنید تا فرم بگیرد، سپس سفیده و خامه و بستنی را با هم مخلوط کنید، زرده را به این مخلوط اضافه کنید، مقداری خلال پسته و آناناس بریزید، ته قالب پلمبیر (قالب مستطیل یا گرد) را یک لایه پلاستیک انداخته و مقداری خلال پسته و آناناس و توت فرنگی بریزید و مایه را توی ظرف بریزید و روی آن را با خلال پسته و توت فرنگی تزئین کنید و ظرف را به مدت هفت تا هشت ساعت در فریزر بگذارید.

فاطمه رضایی نسب

منبع : روزنامه قدس

<http://vista.ir/?view=article&id=83997>

 **vista.ir**
Online Classified Service

دسر بادام با میوه

• مواد لازم:



- بادام هندی ۴/۱ پیمانه
- ژله آناناس ۲ بسته
- بادام خیس کرده و پوست کنده ۴/۱ پیمانه
- پودر شکر ۱۵۰ گرم
- بادام زمینی ۴/۱ پیمانه
- انگور، بیدانه قرمز یا سبز ۲ پیمانه
- کمپوت آناناس ۲/۱ پیمانه
- خامه ۳۰۰ گرم
- بیسکویت برای تزئین کنار دیس دسر
- طرز تهیه:



۲ بسته ژله آناناس را با ۲ لیوان آب سرد و آب ولرم مخلوط کرده و در ظرفهای مخصوص ژله میریزیم و انگور را همراه کمپوت آناناس در ژله مخلوط کرده و منتظر بسته شدن ژله میشویم. بعد از مدتی که ژله بسته شد از ظرف جدا میکنیم و در یک دیس میگذاریم. ژله را در دو مرحله میریزیم که میوه ها در وسط ژله قرار بگیرد. خامه را به همراه پودر شکر مخلوط میکنیم تا خوب فرم بگیرد و همراه بادام هندی، بادام خلال نشده و بادام زمینی مخلوط کرده و در وسط ظرف ژله میریزیم و بیسکویتها را به صورت دلخواه قطعه قطعه کرده و دور ظرف میچینیم و بعد از یکساعت که در یخچال ماند و خودش را به خوبی گرفت روی میز قرار میدهیم. ظرف این نوع دسر بهتر است وسط آن خالی باشد که بادامها و خامه در وسط ظرف ریخته. ژله دور آن قرار بگیرد و بیسکویتها هم دور تا دور ظرف قرار میگیرند البته بیسکویتها را در هنگام سرو دور ظرف میچینیم.

منبع : هنر در خانواده

<http://vista.ir/?view=article&id=79619>

 **vista.ir**
Online Classified Service

دسر بادرنگ

• مواد لازم:

- بادرنگ (مانند پرتقال کمی سفت تر) ۱ پیمانه پر
 - پرتقال پوست کنده (پوست نازک را هم میگیریم) ۱ پیمانه پر
 - نارنگی پوست کنده (پوست نازک را هم میگیریم) ۱ پیمانه پر
 - کیوی ۱ پیمانه پر
 - سیب قرمز (پوست کنده) ۱ پیمانه
 - خلال پسته و بادام از هر کدام ۲/۱ پیمانه
 - بادام کوهی ۴/۱ پیمانه
 - خامه فرم گرفته (خامه ۲۰۰ گرم - شکر ۱۰۰ گرم) ۲۵۰ گرم
 - عرق بهارنارنج - بیدمشک ۲ قاشق غذاخوری
- طرز تهیه:

بادرنگ، پرتقال و نارنگی را کاملاً پوست کنده و دانه‌دانه کرده و هر قاچ را از نیمه تقسیم میکنیم و در کاسهای ریخته، کیویها را مربع مربع خرد میکنیم.

کیویها باید کمی سفت باشد. سیبها را قاچ کرده و تمیز میشوئیم و با پوست بصورت مربع مربع قا کرده و داخل مواد میکنیم. همه مواد را که ریختیم، خامه فرم گرفته و خلالهای بادام، پسته و بادام کوهی را مخلوط کرده و با اضافه کردن به بقیه مواد در یخچال قرار میدهیم بعد از یکساعت میتوانیم استفاده کنیم. هنگام استفاده ۲ قاشق غذاخوری عرق بهارنارنج روی آن میدهیم.

منبع : هنر در خانواده

<http://vista.ir/?view=article&id=79640>



امروز در ستون آشپز بانو به شما طرز تهیه یک دسر مخصوص روزهای پائیزی و زمستانی را آموزش می‌دهیم دسری که ماده اصلی آن را پرتقال تشکیل می‌دهد.

• مواد لازم :

• آرد ۴/۳ لیوان، تخم‌مرغ = یک عدد

• شیر یک لیوان

• کره آب شده ۲ قاشق سوپخوری

• پودر قند کمی

• کره ۱۰۰ گرم

• شکر ۲ قاشق سوپخوری

• بادام پودر شده ۲/۱ لیوان

• رنده پوست پرتقال یک قاشق سوپخوری

• آب پرتقال ۲ قاشق سوپخوری

• اسانس بادام چند قطره

• طرز تهیه:

آرد، تخم‌مرغ و ۲/۱ لیوان از شیر را با هم مخلوط کنید و بعد از ۱۰ ثانیه بقیه شیر و کره آب شده را به مواد بیفزایید و با همزن بزنید تا صاف و یکدست شود. خمیر را داخل پارچ بریزید و نیم ساعت به آن استراحت دهید. تابه مناسبی را انتخاب کنید و روی حرارت بگذارید. کف آن را با کمی کره چرب کنید و وقتی به اندازه کافی گرم شد ۴/۱ لیوان از خمیر کرب را داخل تابه بریزید. تابه را تکان دهید تا در همه جای تابه پخش شود. ۳۰ ثانیه آن را بپزید و داخل ظرف بگذارید. روی کرب را با پارچه بپوشانید تا گرم بماند. برای درست کردن بادام و پرتقال ابتدا کره نرم را با همزن بزنید تا به شکل کرم درآید. بعد شکر و پودر بادام را اضافه و مخلوط کنید. در انتها رنده پوست پرتقال، اسانس بادام و آب پرتقال را اضافه کنید. فر را با ۳۵۰ درجه فارنهایت گرم کنید. داخل هر کرب یک قاشق سوپخوری از مخلوط بالا بمالید و چهارتا کنید (ابتدا به نیم و بعد به یک‌چهارم تا کنید) کرب‌ها را داخل ظرف پیرکس چرب شده بگذارید و روی آن را پودر قند الک کنید. ۱۰ تا ۱۵ دقیقه کرب‌ها را گرم کرده و با بستنی سرو کنید. کرب را می‌توان با سبزیجات و گوشت به عنوان غذا سرو کرد یا با انواع کرم‌ها، خامه و میوه به عنوان دسر استفاده کرد.



منبع : روزنامه تهران امروز

<http://vista.ir/?view=article&id=92950>

دسر پنیر و منگو

• نوع مقدار

سفیده تخم مرغ ۳ عدد

قهوه فرانسه ۲ قاشق غذا خوری

شکر ۱۰۰ گرم

خامه ۱۰۰ گرم

شکلات ۵۰ گرم

منگو ۱ عدد

پنیر ۱۵۰ گرم

آب جوش یا شیر ۲ قاشق غذاخوری

ابتدا شکر و سفیده را می زنیم که کاملاً شکر در در سفیده حل شده و غلظت پیدا کند. ۲ قاشق شیر داغ را با قهوه مخلوط کرده حل می کنیم سپس شکلات را افزوده و به صورت بن ماری شکلات آب شود. خامه و پنیر را با هم می زنیم سپس شکلات را اضافه کرده در آخر سفیده را هم اضافه می کنیم. برش های منگو را در آن ریخته در ظرف مخصوص دسر ریخته به مدت ۴ ساعت در یخچال قرار داده تا کاملاً مایع بسته شود. سپس با شکلات و منگو تزئین می کنیم . می توان در کنار دسر از ژله نیز استفاده کرد.

منبع : شبکه جهانی جام جم

<http://vista.ir/?view=article&id=6127>

دسر توت فرنگی

- مواد لازم
 - توت فرنگی؛ ۱ پیمانه
 - بستنی؛ ۱ پیمانه
 - پودر ژله توت فرنگی؛ ۱ قاشق غذاخوری
 - پودر قند؛ ۱ قاشق غذاخوری
 - خامه فرم گرفته؛ ۱ قاشق سوپخوری
 - خلال پسته؛ ۱ قاشق غذاخوری
- طرز تهیه

توت فرنگی را پس از تمیز کردن و شستن، چرخ کرده، آب آن را گرفته و گرم کنید. پودر قند و پودر ژله را در آن بریزید و خوب به هم بزنید تا کاملاً حل شود. بستنی را از یخچال بیرون گذارید تا کمی نرم شود. سپس مایه توت فرنگی را با بستنی مخلوط کرده و خوب به هم بزنید تا صاف و یکدست شود. بعد آن را در جام‌های مورد نظر ریخته و در فریزر بگذارید تا ببندد. در پایان دسر خود را با توبی خامه و قاچ‌هایی از میوه جات مانند پرتقال، سیب، گیلان و توت فرنگی و همچنین پسته تزیین کنید.



منبع : روزنامه اطلاعات

<http://vista.ir/?view=article&id=110114>

دسر خربزه

خربزه : ۱ عدد

خامه : ۴۰۰ گرم

خاک قند : ۶ قاشق سوپخوری

گردو : ۱ فنجان

سیب : ۱ فنجان

انگور : ۰,۵ فنجان

وانیل : ۰,۵ قاشق مربا خوری

آناناس کنسرو شیرین : ۱ فنجان

ابتدا انگوری را که دانه های ریز سفید و قرمز دارد دانه کرده، گردوی تازه را پوست گرفته، سیب را خرد کرده، کمپوت آناناس را خرد کرده و برای این دسر از خربزه درشت که در حدود ۳ تا ۴ کیلو وزن دارد و کاملاً شیرین و بدون لک است استفاده می‌کنیم.

خامه را با خامه قند و نصف قاشق چای خوری وانیل مخلوط می‌کنیم می‌زنیم تا فرم بگیرد خربزه را می‌شوئیم و پوست می‌کنیم به حدی که سفتی پوست به کلی گرفته شود نصف خامه را کنار می‌گذاریم گردو و سیب و آناناس را با نصف خامه مخلوط می‌کنیم. خربزه را به شکل زنبیل درست می‌نمائیم یعنی مقداری از روی خربزه را به پهنای ۲ تا ۳ انگشت جدا می‌کنیم دو طرف آن را به قدری که نصف خربزه باقی بماند خالی می‌نمائیم تخم‌های خربزه و لیزی داخل خربزه را بیرون می‌آوریم و داخل آن را با خامه و میوه که مخلوط شده پر می‌کنیم قطعاتی که از دو طرف خربزه برداشته‌ایم به شکل لوزی می‌بریم و خربزه را در ظرف قشنگ متناسبی قرار می‌دهیم و قطعات لوزی خربزه را دور می‌چینیم و خامه ساده را نصف می‌کنیم نصف آن را با رنگ مخصوص شیرینی یا کمی ژله رنگی قرمز مخلوط می‌نمائیم خامه ساده و رنگی را در دو قیف می‌ریزیم و روی خربزه و دسته آن را تزئین می‌کنیم و مقداری خامه روی قطعات اطراف خربزه می‌ریزیم و با دانه‌های انگور دسته و اطراف خربزه را زینت می‌دهیم.

دسر خربزه

- مواد لازم:
- خربزه متوسط مشهدی ۱ عدد
- ژله قرمز ۲ عدد
- آب سرد ۲ لیوان سرخالی
- آب ولرم ۲ لیوان سرخالی
- خامه زده شده برای تزئین ۵۰ گرم
- پودر شکر ۱ قاشق سوپخوری
- طرز تهیه:

خربزه زرد رنگ را تمیز می‌شوئیم و پوست آن را یک راه در میان میگیریم (یعنی یک راه پوست میگیریم و یک راه را نمیگیریم) بعد سر خربزه را کمی میبریم و تخمهای داخل آن را به آرامی بطوریکه به بدنه خربزه صدمه نخورد خالی میکنیم و ۲ بسته ژله قرمز را با آب سرد و آب ولرم مخلوط کرده، در داخل خربزه میریزیم و در یخچال میگذاریم تا خودش را بگیرد وقتی خودش را



گرفت بصورت حلقه‌حلقه میبریم و روی ژله‌ها پودر قند و خامه فرم گرفته را ریخته و تزئین میکنیم.

منبع : هنر در خانواده

دسر خرما و دسر قیسی

در فصول سرد سال، بیشتر افراد به مواد غذایی پرانرژی و مقوی که معمولا شیرین و گرم هستند، تمایل بیشتری نشان می‌دهند.
۲ دسر زیر نیز از این جمله‌اند و خصوصیت بارز هردو آنها این است که بسیار سریع درست می‌شوند.

• مواد لازم برای دسر خرما:

- خرما، ۲۵۰ گرم
- کره، ۲۵ گرم
- گردوی کوبیده‌شده، ۲ قاشق سوپ‌خوری
- مواد لازم برای دسر قیسی:
- قیسی، ۲۵۰ گرم



• کره، ۲۵ گرم

• خامه، ۲ قاشق سوپ‌خوری

• شکر، نصف پیمانه

• گردوی کوبیده‌شده، ۲ قاشق سوپ‌خوری

• طرز تهیه دسر خرما:

ابتدا خرماها را داخل کاسه‌ای ریخته و روی آن آب بریزید و ۱۵ الی ۲۰ دقیقه صبر کنید تا خرماها خوب خیس بخورند؛ سپس آنها را داخل سبکی ریخته و هسته‌هایشان را بیرون آورید. تابه کوچکی آماده کنید و کره را در آن بریزید و روی شعله اجاق گاز قرار دهید تا کره به طور کامل آب شود. سپس خرماهای هسته گرفته را به کره اضافه کنید و ۵ تا ۷ دقیقه تفت دهید. حالا زیر شعله اجاق‌گاز را خاموش کرده و خرماک تفت‌داده شده را در ظرف موردنظر بچینید و روی آن را با گردوی کوبیده‌شده بپوشانید؛ به این ترتیب دسر شما برای سرو آماده است.

• طرز تهیه دسر قیسی:

ابتدا قیسی‌ها را خوب بشوید، سپس در قابلمه‌ای حاوی آب بریزید و روی شعله اجاق گاز قرار دهید تا به طور کامل بپزد. پس از پختن قیسی‌ها، شکر را به آن اضافه کنید و بگذارید به جوش آید. بعد کره را به قیسی شیرین‌شده بیفزایید و حرارت‌دادن را تا زمانی ادامه دهید که مایع متشکل از شکر و کره و آب، غلیظ‌شده و جذب قیسی‌ها شود. حالا زیر شعله اجاق گاز را خاموش کرده و مخلوط را در ظرف موردنظر برای سرو بریزید. در پایان، خامه را اضافه کنید و کمی هم بزنید تا با قیسی و شربت آن مخلوط شود. سپس نوبت به گردوی کوبیده‌شده می‌رسد. فقط کافی است گردوی کوبیده‌شده را روی این دسر مقوی بپاشید و نوش‌جان کنید.

▪ نکته: از آنجا که این دسرهای بسیار شیرین هستند، خوردن آنها به همراه چای نیز بسیار لذت‌بخش است.

منبع : همشهری آنلاین

<http://vista.ir/?view=article&id=101006>

 **vista.ir**
Online Classified Service

دسر رنگین کمان

می‌خواهیم با سیب و چند میوه تازه دیگر يك عصرانه خوشمزه و سالم تهیه کنیم. میوه‌های تازه پر از ویتامین هستند. بهتر است به‌جای خوراکی‌های کارخانه‌ای که در مغازه‌ها وجود دارند و پر از شکر و مواد خطرناک هستند، خودمان در خانه دسرهایی از خوراکی‌های سالم و خوشمزه تهیه کنیم.

• مواد لازم:

- سیب ورقه شده: ۱ عدد
- آناناس خرد شده: ۱ فنجان
- هندوانه خرد شده: ۱ فنجان
- موز حلقه شده: ۱ عدد





دسرمان اضافه کنیم. دسر آماده شده، نوش جانتان

• طرز تهیه:

همه مواد را به آرامی در يك كاسه بزرگ با هم مخلوط می‌کنیم. اگر دوست داریم می‌توانیم برای خوشمزه‌تر شدن دسرمان، يك فنجان ماست را با يك قاشق مرباخوری آب‌لیمو و دو قاشق مرباخوری عسل مخلوط کرده آن را به

منبع : روزنامه سلامت

<http://vista.ir/?view=article&id=73859>

 **vista.ir**
Online Classified Service

دسر زردآلو

• مواد لازم:

- زردآلوی تازه بدون هسته نیم کیلوگرم
- شکر نصف پیمانه
- گلاب نصف پیمانه
- خلال بادام نصف قاشق غذاخوری
- خلال پسته نصف قاشق غذاخوری
- آب به مقدار لازم

• طرز تهیه:

ابتدا زردآلوهای بدون هسته را ریز خرد می‌کنیم و با مقدار کمی آب، بخارپز می‌کنیم به نحوی که بافت آن به‌طور کامل نرم شود. سپس آن را از صافی

رد می‌کنیم. در حالی که زردآلو صاف شده را روی شعله کم حرارت می‌دهیم، به تدریج شکر و گلاب را به آن می‌افزاییم تا شکر به طور کامل حل



شود.

سپس پیش از سرد شدن پوره، آن را در یک بشقاب تخت ریخته و سطح آن را صاف می‌کنیم و با خلال بادام و پسته تزیین می‌کنیم. این پوره به خصوص به هنگام هوای گرم یک میان وعده مناسب برای کودکان و سایر افراد از جمله سالمندان است.. چنانچه زردآلو خیلی شیرین و رسیده باشد، می‌توانیم از مقدار کمتری آب و شکر برای تهیه پوره استفاده کنیم. این پوره را می‌توان به محض آماده شدن مصرف کرد و یا مدتی در یخچال گذاشت تا خنک شود.

منبع : روزنامه سلامت

<http://vista.ir/?view=article&id=113560>

 **vista.ir**
Online Classified Service

دسر ژله‌ای انار

- مواد لازم:
 - آب انار، ۳ لیوان
 - میوه انار، یک عدد متوسط
 - آرد سیب‌زمینی، ۱۰۰ گرم
 - شکر، ۱۰۰ تا ۲۰۰ گرم
 - توضیح: میزان شکر مورد نیاز، بستگی به ترشی یا شیرینی انار آگیری شده دارد.
- طرز تهیه:
 - ۱) ابتدا آب انار را صاف کرده و کنار بگذارید. انار را نیز دان کرده و در کاسه کوچکی بریزید.



۲) کاسه بزرگی آماده کنید و آرد سیب‌زمینی را در آن بریزید؛ سپس کم‌کم مقدار ۲ لیوان آب سرد را به آن اضافه کنید و مرتب هم بزنید تا گلوله

گلوله نشود. حالا این خمیر را از داخل صافی فلزی عبور داده و پس از آن روی حرارت ملایم اجاق گاز قرار دهید و مرتب هم بزنید تا خمیر بپزد. معمولاً مدت زمان لازم جهت پخت این خمیر حدود ۲۰ دقیقه است.

۳) بعد از این مرحله - همین‌طور که کاسه حاوی خمیر روی اجاق گاز قرار دارد - آب انار را اضافه کرده و به هم‌زدن ادامه دهید. پس از اینکه مواد خوب با هم مخلوط شد، شکر را اضافه کنید. حالا زمان چشیدن است.

در صورت ترش بودن، مقداری شکر به آن اضافه کنید. سپس هم‌زدن را تا زمانی ادامه دهید که مخلوط به لحاظ غلظت شبیه به فرنی شود. زمان لازم برای هم‌زدن حدود نیم ساعت است.

پس از طی این مدت، شعله اجاق گاز را خاموش کنید. حالا دسر آماده است. کافی است آن را در ظرف موردنظر بریزید و دانه‌های انار را به آن اضافه کنید. سپس ظرف را داخل یخچال بگذارید تا ببندد. معمولاً برای این منظور ۳ ساعت زمان نیاز است.

منبع : همشهری آنلاین

<http://vista.ir/?view=article&id=101012>



دسر سبّدی

- مواد لازم:
- تخم‌مرغ ۵ عدد،
- کره ۱۰۰ گرم،
- وانیل یک دوم پیمانه،
- بکینگ‌پودر یک دوم فاشق چایخوری،
- آرد ۲۵۰ گرم،
- خامه ۵۰۰ گرم،
- آب ۲ پیمانه



• طرز تهیه:

ابتدا کره و آب را درون ظرف ریخته و روی حرارت ملایم قرار دهید سپس آرد را به آرامی به کره اضافه کنید. وانیل و بکینگ پودر را به مواد افزوده با قاشق چوبی مواد را کاملاً مخلوط کنید. خمیر را از روی حرارت برداشته اجازه دهید تا کمی خنک شود. سپس تخم مرغها را یکی یکی به خمیر اضافه کنید. مواد را مجدداً با هم مخلوط کرده تا خمیر یکدستی به دست آید. سپس قالب گودی را در نظر گرفته، کمی آن را چرب کرده خمیر آماده شده را درون قیف قنادی ریخته و دیواره ظرف را دور تا دور مانند یک سبد آغشته به خمیر کنید. باقیمانده خمیر را در ابعاد کوچک (اندازه گردو) داخل قالب جداگانه‌ای قرارداده و قالبها را به مدت ۲۰ دقیقه درون فر در دمای ۲۰۰ درجه سانتیگراد قرار دهید. پس از خنک شدن سبد را از داخل قالب خارج کرده و از خامه زده شده برای پر کردن آن استفاده نمایید و سپس کیکهای گردویی را روی سطح



خمیر چیده و در صورت تمایل از انواع کمپوت‌های میوه برای تزئین استفاده کنید.

منبع : روزنامه تهران امروز

<http://vista.ir/?view=article&id=92564>

 **vista.ir**
Online Classified Service

دسر سیب

• مواد لازم:

- سیب درشت ۶ عدد
- سرکه ۱ قاشق غذاخوری (برای سیاه نشده سیبها)





- آب به میزان لازم برای پختن
- خامه و پودر قند فرم گرفته ۳۰۰ گرم (پودر قند ۱۵۰ گرم)
- کمپوت گیلان ۱۲ عدد
- عرق بیدمشک ۱ قاشق غذا خوری
- شکر مقداری برای کمپوت
- طرز تهیه:

خامه را آنقدر با پودر قند میزنیم تا فرم بگیرد. سیبها را پوست کنده و داخل آن را به آرامی خالی میکنیم. سپس با کمی آب و سرکه میپزیم تا کمی پخته شده و سیاه نشود. آب و شکر را کمپوت میکنیم و ۲۴ ساعت سیبها را در آن میاندازیم تا با عرق بیدمشک خوش عطر و کمی شیرینمزه شود. بعد از ۲۴ ساعت سیبها را از آب کمپوت غلیظ بیرون آورده و هر کدام را در یک بشقاب چیده و داخل آنرا با خامه فرم گرفته پر میکنیم و یک کمپوت گیلان برای تزئین روی آن قرار داده و دورتادور آن را با خامه زعفرانی تزئین میکنیم.

• توجه:

خامه زعفرانی (خامه فرم گرفته شده است که کمی زعفران غلیظ با آن مخلوط کردهایم). همچنین میتوانیم با شکلات رنده شده روی آن را کاملاً بپوشانیم.

منبع : هنر در خانواده

<http://vista.ir/?view=article&id=79630>

 **vista.ir**
Online Classified Service

دسر شکلات

- مواد لازم برای تهیه ۲۴ عدد دسر



- یک و نیم فنجان کره
- یک فنجان پودر کاکائو تلخ
- دو و نیم فنجان شکر
- شش عدد تخم مرغ بزرگ
- یک و نیم فنجان آرد سفید
- یک قاشق غذاخوری وانیل
- یک چهارم قاشق چای خوری نمک
- یک و نیم فنجان گردوی خردشده
- ۵۷ گرم شکلات تخته ای تلخ (خرد شده)
- یک چهارم فنجان کره
- یک و نیم فنجان شکر
- سه قاشق غذاخوری شیر
- یک قاشق چای خوری وانیل



• زمان تهیه: ۷۵ دقیقه

• طرز تهیه

کره را در ظرفی ذوب کرده و سپس پودر کاکائو را در آن بریزید و آنقدر هم بزنید تا کاملاً باهم مخلوط شوند. حال اجازه دهید مخلوط حاصل برای مدت یک ربع خنک شود. سپس شکر را به آن اضافه کرده و تخم مرغ ها را یکی یکی به آن بیفزایید و خوب مخلوط کنید. آرد، یک قاشق غذاخوری وانیل و نمک را نیز به آن اضافه کرده و خوب هم بزنید. خمیر را درون سینی فر که با درجه ۱۷۵ گرم شده پهن کنید. سینی را برای مدت ۴۵ تا ۵۰ دقیقه درون فر قرار دهید.

برای روی شیرینی، شکلات تخته ای را به همراه ربع فنجان کره ذوب کرده و سپس شکر، شیر و وانیل را به آن اضافه کنید و خوب هم بزنید. مخلوط حاصل را روی شیرینی پهن کرده و سپس شیرینی را به ۲۴ تکه مساوی ببرید.

فرشته علیزاده

منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=126845>

دسر شکلات و قهوه

• مواد لازم

- نصف قاشق چایخوری پودر قهوه فوری
- یک و یک چهارم قاشق چایخوری آب گرم
- یک و دو سوم فنجان شکر
- دو سوم فنجان آرد سفید
- یک چهارم فنجان پودرکاکائو
- سه چهارم قاشق چایخوری بیکنینگ پودر
- کمی نمک
- ۴۲ گرم شکلات تخته ای تلخ (خرد شده)



- دو قاشق غذاخوری به اضافه دو قاشق چایخوری روغن مایع
- یک قاشق چایخوری کره یا مارگارین
- دو قاشق غذاخوری شربت
- دو قاشق چایخوری وانیل
- دو عدد تخم مرغ بزرگ

• طرز تهیه

فر را از قبل با درجه حرارت ۱۷۵ درجه سانتی گراد گرم کنید. ته سینی فر را با فویل پوشانده و روی آن را چرب کنید. آب و قهوه را در یک فنجان با هم مخلوط کنید تا قهوه به خوبی در آن حل شود. سپس شکر، آرد، پودرکاکائو، بیکنینگ پودر و نمک را در یک کاسه الک کنید. شکلات و کره را روی حرارت قرار دهید تا ذوب شوند. سپس شربت، وانیل و قهوه را با آن مخلوط کنید. سپس سفیده های تخم مرغ را در آن ریخته و هم بزنید. مواد خشک را به آن افزوده و خوب مخلوط کنید. سپس خمیر حاصله را به صورت یکنواخت کف سینی فر و روی فویل پهن کنید. سینی را به مدت ۲۱

الی ۲۵ دقیقه درون فر قرار دهید و پس از خارج کردن از فر بگذارید به مدت یک ربع خنک شود. سپس خمیر را از فویل جدا کرده و کناری بگذارید تا کاملاً سرد شود. در آخر آن را به ۱۲ تکه مساوی تقسیم کنید.

فرشته علیزاده

منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=127753>



دسر طالبی

- مواد لازم:

طالبی (۲ عدد)، ژله توت فرنگی (یک بسته)، دانه انگور (یک لیوان)، گیلان (یک لیوان)، خامه (۲۰۰ گرم)، پودر قند (۳ قاشق غذاخوری)، وانیل (کمی).

- طرز تهیه:

ژله را با یک لیوان آب جوش حل کنید و در یخچال بگذارید تا ببندد.

خامه را با پودر قند مخلوط کنید و با همزن هم بزنید تا فرم بگیرد.

یکی از طالبیها را به صورت درسته پوست کنید. بعد آن را به صورت حلقه

حلقه در آورید و هر حلقه را هم نصف نمایید و برای تزئین کنار بگذارید.



طالبی دیگر را هم پوست بگیرید، سپس یک دایره از سر طالبی بردارید و تخمهای داخل آن را خارج کنید. ژله و دانه های انگور را با هم مخلوط کنید و داخل طالبی بریزید. این کار را تا پر شدن داخل طالبی ادامه دهید. سپس آن را در یخچال بگذارید تا ببندد.

بعد آن را از یخچال در آورید و وارونه در ظرف مناسبی قرار دهید و دور آن را با حلقه های طالبی نصف شده تزئین کنید و از خامه برای شکوفه زدن در حد فاصل حلقه های طالبی استفاده نمایید و از دانه های انگور یا قوتی برای روی شکوفه های خامه استفاده کنید.

منبع : روزنامه قدس

<http://vista.ir/?view=article&id=85267>

دسر قیصی

- مواد لازم برای چهار نفر
 - قیصی: ۲۰۰ گرم
 - شکر: یک لیوان
 - آب: یک لیوان
 - آب لیمو: یک قاشق غذاخوری
 - خامه شیرین شده: صد گرم
 - مغز پسته: یک قاشق غذاخوری
 - بودر نارگیل: یک قاشق مربا خوری
- طرز تهیه

قیصی ها را خوب شسته و خشک کنید. شکر و آب را بجوشانید تا فوام بیاید، سپس آبلیمو را به آن اضافه کنید. قیصی ها را در شهد بگذارید تا نرم شوند، سپس آنها را از شهد بیرون آورده و بگذارید تا خنک شود، وسط هر قیصی را یک چاک داده و با خامه داخل آن را پر کرده و داخل هر کدام یک مغز پسته قرار بدهید. سپس آنها را در ظرف مورد نظر چیده و روی آن را با بودر نارگیل و مغز پسته تزئین کنید



<http://vista.ir/?view=article&id=114872>

دسر کاسترد

• مواد لازم:

- آرد ۷ قاشق غذاخوری
- کره ۱۰۰ گرم
- شیر خشک ۱ لیوان
- آب ۵ لیوان
- شکر ۱ و ۴/۱ لیوان
- تخم مرغ زده شده ۲ عدد
- وانیل کمی
- بسکویت ساده (بتی بور) ۱ بسته



• طرز تهیه:

- ۱) شیر خشک را در ظرفی ریخته، آب، شکر، آرد، تخم مرغ و وانیل را به آن اضافه کرده خوب هم می زنیم.
- ۲) کره را در ماهیتابه روی حرارت ملایم می گذاریم تا ذوب شود. سپس مخلوط بالا را به آن اضافه کرده و روی حرارت ملایم به مدت ۵ الی ۷ دقیقه هم می زنیم تا کمی غلیظ شود. مواد را کنار می گذاریم.
- ۳) ظرف پیرکسی را چرب کرده و کف آن بسکویت می چینیم بطوریکه تمام سطح ظرف را بپوشاند.
- ۴) مواد بدست آمده را روی بسکویت ها ریخته بطوریکه تمام سطح بسکویت ها را به طور یکنواخت بپوشاند.

۵) بقیه بسکویت های باقی مانده را نرم کرده روی مواد می پاشیم تا تمام سطح مواد را بپوشانند. سپس روی بسکویت های نرم شده کمی کشمش می ریزیم.

۶) ظرف دسر را به مدت ۳ ساعت در یخچال می گذاریم تا ببندد و آماده مصرف شود.

منبع : زنده رود

<http://vista.ir/?view=article&id=95955>

 **vista.ir**
Online Classified Service

دسر کدو حلوائی

- مواد لازم:
- کدو حلوائی: ۱ کیلو؛
- زعفران دم کرده در آب: ۱ قاشق غذاخوری؛
- کره: ۵۰ گرم؛
- روغن مایع: ۲ قاشق غذاخوری؛
- زنجبیل: یک دوم قاشق چای خوری؛
- دارچین: یک دوم قاشق چای خوری؛
- گل سرخ: یک دوم قاشق چای خوری؛
- هل: یک چهارم قاشق چای خوری؛
- گردو: ۵۰ گرم.
- طرز تهیه:



کدو را پوست کنده و با قالب شیرینی پزی قالب بزنید. سپس آن را به قطر یک سانت برش داده و در مخلوط کره و روغن مایع تفت دهید. سپس آن ها را در یک ردیف درون تابه بچینید.

آن گاه شکر را با یک دوم پیمانه آب جوش حل کنید. زعفران را به آن اضافه کرده و روی کدوها بریزید. سپس روی حرارت ملایم قرار دهید تا پخته شده و سس غلیظ شود (کدو در حدی پخته شود که شکل ظاهری آن حفظ شود و له نشود). سپس آن ها را در ظرف مورد نظر قرار داده و زنجبیل و گل سرخ و هل و دارچین را مخلوط نموده و روی کدوها بریزید و با گردو نگینی خرد شده آن را تزیین کرده و سرو نمایید

منبع : خانواده ما

<http://vista.ir/?view=article&id=101316>

 **vista.ir**
Online Classified Service

دسر کدوخلوایی

- مواد لازم برای هشت نفر
 - کیک یخ زده و خرد شده
 - ۴۵۰ گرم سس تمشک
 - یک فنجان خامه
 - ۴۲۵ گرم پوره کدوخلوایی
 - دو قاشق غذاخوری شکر
 - یک فنجان شیر
 - دارچین و زنجبیل از هر کدام یک قاشق چایخوری
 - پودر پودینگ وانیلی به اندازه چهار نفر
 - دو تا چهار قاشق غذاخوری آب پرتقال
 - یک سوم فنجان مارمالاد پرتقال
 - نصف قاشق چایخوری وانیل



- نصف فنجان گردو خرد شده
- زمان تهیه: دو ساعت و نیم
- طرز تهیه

ابتدا کیک ها را به هشت قسمت تقسیم کرده و در ظرف بریزید. سپس آب پرتقال را به آنها اضافه کنید. در یک کاسه کوچک سس تمشک و مارمالاد پرتقال را مخلوط کرده و روی کیک ها بریزید. در کاسه بزرگ دیگری کدوخلوایی، پودر پودینگ، شیر، پودر دارچین و پودر زنجبیل را با هم مخلوط کرده و روی کیک ها اضافه کنید. در ظرف دیگری خامه، شکر و وانیل را با هم مخلوط کرده و روی کدوخلوایی بریزید. در ظرف ها را گذاشته و آنها را به مدت دو الی پنج ساعت در یخچال قرار داده و پس از پاشیدن گردو خردشده میل کنید.

فرشته علیزاده

منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=128515>



دسر کرم کاستارد و ژله

- مواد لازم
- پودر کاستارد ۴ قاشق غذاخوری
- شیر یک کیلو (معادل ۵ لیوان)
- شکر ۵ قاشق غذاخوری
- پودر ژله
- طرز تهیه:

پودر کاستارد را در یک لیوان شیر سرد خوب حل می کنیم. ۴ لیوان بقیه



شیر را روی حرارت می گذاریم تا داغ شود و سپس پودر حل شده در شیر سرد را داخل شیر داغ می ریزیم و شکر را به آن اضافه می کنیم و مرتب هم می زنیم تا مثل فرنی غلیظ شود (حدود ۱۵ دقیقه) مقدار شکر هم بستگی به ذائقه خودمان دارد می توانیم بیشتر یا کمترش کنیم. وقتی کرم سرد شد آن را در ظرف می ریزیم و در یخچال می گذاریم تا سرد شود. سپس ژله را آماده کرده و بعد از سرد شدن کرم، ژله را روی آن می ریزیم و دوباره در یخچال می گذاریم . برای تهیه ژله، پودر را با دو قاشق غذاخوری شکر در یک لیوان آب جوش خوب حل می کنیم و سپس یک لیوان آب سرد به آن اضافه می کنیم. برای تهیه ژله می توانیم به جای یک لیوان آب سرد از یک لیوان ماست استفاده کنیم هم خوشمزه تر می شود و هم قشنگ تر. این دسر آماده بسیار راحت و خوشمزه است.

منبع : ترانه ها

<http://vista.ir/?view=article&id=96328>

 **vista.ir**
Online Classified Service

دسر کره و بادام زمینی

- مواد لازم
 - نصف فنجان پنیر خامه ای
 - ربع فنجان کره بادام زمینی
 - دو قاشق غذاخوری شکر
 - یک عدد تخم مرغ بزرگ
 - ۲۴ عدد قالب کاغذی کوچک
 - نصف فنجان کره
 - ۱۱۳ گرم شکلات خرد شده
 - یک سوم فنجان شکر



- یک قاشق چایخوری وانیل
- دو عدد تخم مرغ بزرگ
- یک سوم فنجان آرد سفید
- ربع قاشق چایخوری نمک



▪ نصف فنجان بادام زمینی خرد شده

• زمان تهیه: ۴۵ دقیقه

• طرز تهیه

پنیر خامه ای، کره بادام زمینی، شکر و تخم مرغ را در یک کاسه بزرگ شکسته و با همزن خوب بزنید. برای تهیه خمیر کره و شکلات را در یک قابلمه ریخته و روی حرارت متوسط قرار دهید تا ذوب شود. سپس آن را از روی حرارت برداشته شکر و وانیل را به آن بیفزایید. تخم مرغ ها را یکی یکی به آن افزوده و خوب هم بزنید. آرد و نمک را نیز اضافه کنید فر را از قبل با درجه حرارت ۱۷۵ درجه سانتیگراد روشن کنید. خمیر را در قالب ها ریخته و وسط خمیر را به داخل فشار دهید. سپس کمی از مخلوط اولیه درون آن ریخته و روی آن بادام زمینی بپاشید. خمیر را به مدت ۱۲ الی ۱۵ دقیقه درون فر قرار داده و پس از خارج کردن از فر اجازه دهید تا پنج دقیقه خنک شود.

فرشته علیزاده

منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=128173>

 **vista.ir**
Online Classified Service

دسر کیوی و سیب با عسل

قرار نیست از مایکروفر و قدرت آن همیشه برای پخت سریع انواع و اقسام غذاها استفاده شود.





گاهی اوقات ممکن است مهمانی غیرمنتظره - فقط به صرف عصرانه - به خانه ما بیاید و نه در یخچال آشپزخانه ما میوه خوب و مناسبی پیدا شود و نه اینکه زمان کافی برای خرید میوه یا شیرینی داشته باشیم. بنابراین تنها راه باقیمانده استفاده از تکنولوژی برای درست کردن یک دسر میوه‌ای خوشمزه - آن هم در مدت زمان کوتاه- است.

در این دسر به میوه‌های سالم و بدون لک نیاز نیست؛ پس اگر در یخچال‌تان از میوه‌های عید فقط تعدادی کیوی له شده و سیب لکه‌دار و نرم باقی مانده است، این دسر را انتخاب کنید.

برای آماده کردن و پخت این دسر جمعاً نیم ساعت زمان لازم است؛ پس به محض اینکه مهمانان‌تان به شما خبر آمدنشان را دادند، دست به کار شوید؛ تا آنها به خانه شما برسند، دسر شما هم آماده خواهد شد.

البته لازم به توضیح است که مقدار مواد زیر، برای حدود ۲ فنجان از این دسر مناسب است؛ اگر تعداد مهمانان‌تان از ۲ نفر بیشتر باشد، باید مقدار مواد را به همان نسبت، افزایش دهید.

• مواد لازم برای ۲ نفر:

- ۴ عدد کیوی

- ۲ عدد سیب (پوست کنده و ریز خرد کنید)

- یک قاشق چای‌خوری آب لیموترش

- نصف پیمانه آب

- ۲ پیمانه شکر

- ۲ پیمانه عسل

- رنگ سبز خوراکی (در صورت تمایل)

• طرز تهیه:

۱) کیوی‌ها را پوست کنده و خرد کنید. کاسه‌ای بلوری آماده کرده و شکر، عسل و آب را در آن ریخته و روی حداکثر قدرت به مدت ۵ دقیقه حرارت دهید تا شکر و عسل آب شود. در این مدت در ظرف را بگذارید.

۲) کیوی و سیب خرد شده را همراه آب لیموترش به مواد اضافه کنید و به مدت ۱۰ دقیقه بدون در با همان حداکثر قدرت حرارت دهید. در طول این مدت، هرچند وقت یک‌بار در مایکروفر را باز کرده و مواد را هم بزنید تا پخته شده و حالت مارمالاد به خود بگیرد.

- نکته: در صورت لزوم ۳ تا ۴ دقیقه دیگر نیز مدت پخت را افزایش دهید.
- ۳ (در پایان اگر احساس کردید که لازم است دسر حالت یکنواخت‌تری پیدا کند، آن را در دستگاه غذاساز ریخته یا با گوشتکوب برقی، صاف و یکنواخت کنید.
- فقط تا فاصله آمدن مهمانان آن را به فریزر منتقل کنید تا سردشده و هنگام آمدن مهمان‌ها با دسری داغ از آنها پذیرایی نکنید.
- نکته: این دسر به خاطر وجود کیوی سبزرنگ است. اگر می‌خواهید این سبزی پررنگ‌تر شود، می‌توانید در مراحل پایانی پخت، کمی رنگ خوراکی سبز نیز به آن بیفزایید.

منبع : همشهری آنلاین

<http://vista.ir/?view=article&id=104354>



دسر گلابی و انار

- مواد لازم برای ۴ نفر
- سه عدد گلابی پوست کنده و خردشده
- یک عدد انار (دانه شده)
- یک قاشق غذاخوری آب لیمو ترش تازه
- دو قاشق غذاخوری شکر
- ربع قاشق چایخوری پودر جوز هندی
- نصف قاشق چایخوری پودر دارچین
- دو قاشق غذاخوری بادام خرد شده (به دلخواه)
- چهار برگ نعنا برای تزئین (به دلخواه)
- زمان لازم: ۱۰ دقیقه





• طرز تهیه

انار و گلابی را در ظرفی ریخته و آب لیمو را روی آن بریزید. در یک ظرف کوچک شکر، جوز هندی و دارچین را با هم مخلوط کرده و روی میوه ها بریزید. در ظرف را گذاشته و آن را به مدت حداقل یک ساعت در یخچال قرار دهید. سپس آن را در ظرفی ریخته و با بادام و نعنا تزئین کنید.

[فرشته علیزاده]

منبع : روزنامه ایران

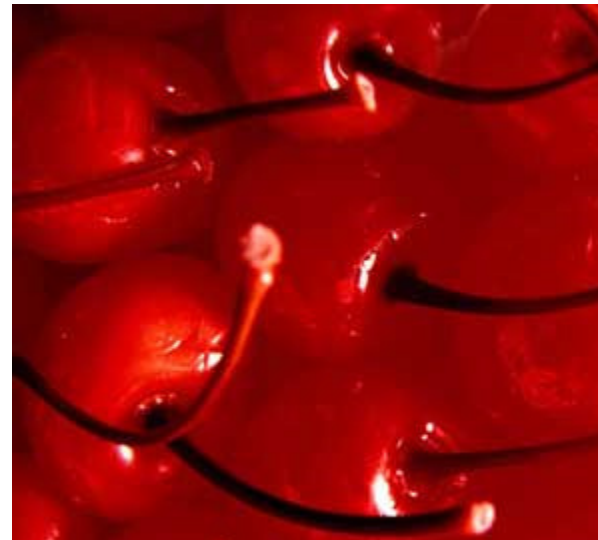
<http://vista.ir/?view=article&id=116843>



دسر گیلان

• مواد لازم:

- کمپوت گیلان ۱ قوطی (بدون آب)
- کمپوت سیب ۱ قوطی (بدون آب)
- کمپوت هلو ۱ قوطی (بدون آب)
- کمپوت گلابی ۱ قوطی (بدون آب)
- کمپوت آناناس قوطی (بدون آب)
- پودر شکر ۱۵۰ گرم
- خلال پسته و بادام رویهم ۶ فاشق غذا خوری
- خامه ۳۰۰ گرم
- بیسکویت ویفر ۲ بسته





• طرز تهیه:

خامه را با پودر شکر مخلوط کرده و بعد از یک الی سه ساعت که در فریزر

بود خوب هم میزنیم تا فرم گرفته و سفت شود.

بعد از فرم گرفتن خامه را در یک کاسه میریزیم و کمپوت گیلایس آبگرفته را به آن اضافه میکنیم و با ریستک به آرامی هم میزنیم و کمپوتهای سیب، هلو، گلابی و آناناس را به میزان دلخواه، مربع مربع خرد میکنیم و به بقیه مواد اضافه میکنیم و به آرامی هم میزنیم و در یخچال میگذاریم. در یک دیس بیسکویتهای را به شکل مستطیل بلند به عرض ۲ سانتیمتر و به بلندی ۵ سانتیمتر برش میدهم و دور تا دور دیس، میچینیم و بعد از اینکه کاملاً دسر خود را بست در دیس میکشیم و با خلال پسته و بادام آن را تزئین میکنیم. هرچه خلالهای پسته و بادام بیشتر باشد خوشمزهتر میشود.

منبع : هنر در خانواده

<http://vista.ir/?view=article&id=79615>



دسر موز

• مواد لازم:

- موز ۵ عدد بزرگ
- کیوی ۱۵ عدد متوسط
- ژله (قرمز) ۱ بسته
- ژله (سبز) ۱ بسته
- خامه فرم گرفته با پودر قند ۲۵۰ گرم
- کیک اسفنجی یک تخته (عرض ۲۰ * طول ۴۵ سانتیمتر)
- طرز تهیه:





ژله قرمز را در یک پیرکس ریخته میگذاریم در یخچال خودش را ببندد. وقتی خودش را گرفت ژله سبز را درست کرده روی آن قرار میدهیم تا مجدداً در یخچال خودش را ببندد. وقتی هر دو ژله روی هم قرار گرفت و بسته شد روی آن را با حلقه‌های موز کاملاً میپوشانیم. کمی خامه فرم گرفته روی موزها میریزیم. بعد حلقه‌های کیوی را روی آنها چیده و کاملاً با خامه فرم گرفته میپوشانیم. کیک اسفنجی را بصورت مثلث‌مثلث بریده دورتادور ظرف را با آن پرمیکنیم.

اگر بخواهیم میتوانیم کیک را به دو نیمه برش داده و یک نیمه را روی موزها قرار داده با خامه روی آن را تزئین میکنیم و برش دوم را روی کیویها قرار میدهیم و با خامه روی آن را هم تزئین میکنیم.

منبع : هنر در خانواده

<http://vista.ir/?view=article&id=79627>

 **vista.ir**
Online Classified Service

دسر موز و بستنی

معمولاً برای درست کردن دسرهای وقتی قرار است از موز استفاده کنیم، آن را تکه‌تکه کرده یا در مخلوط‌کن ریخته و با شیر، بستنی یا هر ماده دیگری مخلوط می‌کنیم.

ولی این بار قرار است با استفاده از موز سرخ‌شده به همراه بادام و بستنی، دسر خوشمزه‌ای آموزش دهیم. این دسر طعم و مزه‌ای متفاوت با آنچه تا به حال خورده‌اید دارد که از خوردن آن پشیمان نمی‌شوید.

• مواد لازم برای ۴ نفر:

- ۶ عدد موز کوچک





- ۵۰ گرم یا یک چهارم پیمانه کره
- تخم داخل ۴ عدد هل (کوبیده شده)
- ۵۰ گرم یا یک دوم پیمانه بادام پرک پوست‌کنده
- آب و پوست رنده شده یک عدد لیموترش کوچک
- ۵۰ گرم یا یک سوم پیمانه پودر قند
- ۲ قاشق سوپ‌خوری آب پرتقال یا آب آناناس
- بستنی وانیلی
- طرز تهیه:

۱) موزها را پوست کنده و به صورت طولی به ۲ نیم ببرید، سپس نصف مقدار کره را در تابه‌ای بزرگ بریزید و روی حرارت اجاق گاز قرار دهید تا آب شود. پس از آن، نیمی از موزها را داخل کره ریخته و تا اندازه‌ای سرخ کنید که طلایی رنگ شوند. حالا موزها را برگردانده و طرف دیگر آنها را نیز سرخ کنید.

۲) وقتی موزها پخت، جای آنها را به موزهای خام داده و آنها را نیز به همین طریق سرخ کنید.

• نکته: مراقب باشید موزها را آنقدر سرخ نکنید که له شوند؛ در ضمن از موزهای له و خیلی رسیده استفاده نکنید زیرا ممکن است در مرحله سرخ کردن، له شده و شکل ظاهری‌شان تغییر کند.

۳) باقیمانده کره را در تابه دیگری ریخته و روی شعله اجاق گاز آب کنید. سپس دانه‌های هل و بادام را به آن اضافه کرده و تفت دهید. در طول این مدت، مرتب مواد را هم بزنید تا طلایی رنگ شود.

۴) پوست رنده‌شده لیموترش را همراه پودر قند و آب پرتقال یا آب آناناس به آن اضافه کرده و مقداری حرارت دهید تا کمی غلیظ شود. این، در واقع سس این‌دسر است.

۵) در پایان، موزهای سرخ شده را داخل ظرفی چیده و سس را روی آن بریزید و با بستنی سرو کنید.

منبع : همشهری آنلاین

<http://vista.ir/?view=article&id=103879>

دسر میوه مخلوط

- مواد لازم :

- کیوی خرد شده ۱ فنجان
- موز حلقه شده نصف فنجان
- آناناس خرد شده نصف فنجان
- خلال پسته ۲ قاشق غذا خوری
- خلال بادام ۲ قاشق غذا خوری
- گردوی خیس شده پوست کنده ۱۰ عدد
- فندق ۲ قاشق غذا خوری
- خامه ۲۵۰ گرم



- پودر شکر ۲۲۵ گرم

- طرز تهیه:

کیوی و موز و آناناس و خلال پسته و خلال بادام و گردوی خیس شده را همراه با فندق در یک ظرف میزنیم. خامه را همراه ۱۲۰ گرم پودر قند خوب میزنیم تا کاملاً فرم بگیرد. وقتی خامه فرم گرفت بقیه مواد را با باقیمانده پودر شکر خوب و به آرامی با قاشق مخلوط میکنیم و به مدت یک ساعت میگذاریم در یخچال و سپس با کمی خلال پسته روی اونو تزیین میکنیم. در صورت تمایل خامه رو میتونین تا ۲۵۰ گرم استفاده کنین.

gourmand.blogfa.com/post-۱۶۵.aspx

<http://vista.ir/?view=article&id=108965>

 **vista.ir**
Online Classified Service

دسر نارنگی



- مواد لازم:
- نارنگی پوست کنده ۱ فنجان
- پرتقال پوست کنده ۱ فنجان
- موز حلقه شده ۱ فنجان
- آناناس خرد شده ۱ فنجان
- خلال بادام ۱۰۰ گرم
- گردوی تازه پوست کنده ۱۵۰ گرم
- پودر نارگیل ۱۰۰ گرم
- خامه ۳۰۰ گرم
- پودر قند ۱۵۰ گرم
- عرق بهار نارنج ۱ قاشق سوپ خوری
- طرز تهیه:

خامه و پودر قند را خوب میزنیم تا فرم بگیرد. در یک کاسه پودر نارگیل، نارنگی، پرتقال، موز، آناناس، خلال بادام، گردوی خرد شده را همراه عرق بهار نارنج مخلوط کرده بطوریکه میوهها له نشوند و خامه فرم گرفته را به آن اضافه میکنیم و به آرامی هم میزنیم یک پیمانه در هر طرف پایهدار ریخته و با کمی پودر پسته روی آن را تزئین میکنیم. برای زیباتر شدن، نارنگی و پرتقالها را دانه دانه پوست کنده و از وسط هر قاچ را به دو قسمت تقسیم میکنیم.

منبع : هنر در خانواده

<http://vista.ir/?view=article&id=79628>

دسر نسکافه

- مواد لازم
 - نسکافه ۱ قاشق مربا خوری سرپر
 - شکر ۸۰ گرم
 - شیر نصف لیوان
 - وانیل نصف قاشق چایخوری
 - آب نصف استکان
 - پودر ژلاتین ۲ قاشق مربا خوری
 - زرده تخم مرغ یک عدد
- طرز تهیه

شیر و شکر و نسکافه را با هم در ظرف گودی مخلوط می کنیم تا شکر در شیر حل شود. ظرف را بدون در به مدت ۴ دقیقه قدرت ۱۰۰٪ در مایکروویو می گذاریم سپس ژلاتین را با آب مخلوط کرده و مدت ۲۰ ثانیه قدرت ۱۰۰٪ در مایکروویو می گذاریم تا کاملاً ژلاتین در آب حل شود زرده تخم مرغ را با یک چنگال زده و به آرامی به مایه شیر اضافه می کنیم و مجدداً ظرف را به مدت ۲ دقیقه قدرت ۴۰٪ بدون درپوش در مایکروویو می گذاریم تا خامی زرده گرفته شود سپس ظرف را بیرون آورده و ژلاتین را به آن اضافه می کنیم و مایه را در قالب می ریزیم و در یخچال می گذاریم تا کرم بسته شود.



<http://www.kadbanooo.blogfa.com/cat-۱.aspx>

<http://vista.ir/?view=article&id=104995>

دسر هلوی

- مواد لازم:
 - کره: ۴۰ گرم (۳ قاشق غذاخوری)
 - هلوی تازه رسیده: ۶ عدد
 - قرنفل (گیاهی خوشبو از تیره میخکیان، از عطاری‌های قابل تهیه است): ۱۲ عدد
 - شکر وانیل‌دار: ۹۰ گرم (نصف فنجان)
 - ماء‌الشعیر: ۴۵ میلی‌لیتر (۳ قاشق غذاخوری)
 - پسته، برگ نعنا و کمی شکر الک شده برای تزیین
 - خامه زده شده جهت سرو
- طرز تهیه:



فر را روی حرارت ۱۸۰ درجه سانتی‌گراد یا ۳۵۰ درجه فارنهایت بگذارید، با نیمی از کره، دور و کف ظرف مورد نظر را کاملاً چرب کنید. هلوها را نصف کنید و هسته‌هایشان را درآورید. هلوها را از طرف پوست داخل ظرف فر بچینید و در مرکز هر نیمه یک عدد قرنفل درسته بگذارید. شکر را روی هلوها بپاشید و بقیه کره را خرد کنید و روی هر نیمه هلوی یک تکه از آن را بگذارید. روی هر کدام چند قطره ماء‌الشعیر بریزید و به مدت ۳۰ دقیقه یا تا زمانی که هلوها لطیف شوند، آن را در فر بپزید. هلوها را سرد یا داغ همراه با خامه تازه زده شده، برگ‌های تازه نعناع و کمی شکر سرو کنید.

منبع : خانواده سبز

<http://vista.ir/?view=article&id=75788>

دسر میوه مخلوط

- مواد لازم
 - کیوی ۱ فنجان خرد شده
 - موز فنجان حلقه شده
 - آناناس فنجان حلقه شده
 - خلال پسته ۲ قاشق غذا خوری
 - خلال بادام ۲ قاشق غذا خوری
 - گردوی خیس شده پوست کنده ۱۰ عدد
 - فندق ۲ قاشق غذا خوری
 - خامه ۲۵۰ گرم
 - پودر شکر ۲۲۵ گرم
- طرز تهیه:



کیوی، موز، آناناس، خلال پسته، خلال بادام و گردوی خیس شده را همراه با فندق در یک ظرف می‌ریزیم. خامه را همراه ۱۲۰ گرم پودر قند خوب می‌زنیم تا کاملاً فرم بگیرد. وقتی خامه فرم گرفت بقیه مواد را با باقیمانده پودر شکر خوب به آرامی با قاشق مخلوط می‌کنیم و به مدت یکساعت در یخچال می‌گذاریم و سپس با کمی خلال پسته روی آن را تزیین می‌کنیم. در صورت تمایل به خامه بیشتر می‌توان تا ۲۵۰ گرم خامه استفاده کرد.

منبع : هنر در خانواده

<http://vista.ir/?view=article&id=79611>

دسر مرکبات با آب‌نبات پسته‌ای

با ترکیب گوشت با انواع و اقسام مرکبات و همچنین شیره و آب‌نبات پسته‌ای، می‌توان دسری خوشمزه درست کرد که هم طعم و مزه ترشی مرکبات را داشته باشد، هم به‌عنوان دسری شیرین، به هضم غذا کمک کند.



- مواد لازم برای ۴ نفر:
- ۲ عدد پرتقال معمولی
- ۲ عدد پرتقال توسرخ
- ۲ عدد گریپ‌فروت
- یک عدد لیموترش
- یک عدد نارنگی
- ۵۰ گرم یا یک‌چهارم پیمانه کره مارگارین معمولی
- یک‌سوم پیمانه شکر
- مواد لازم برای آب‌نبات پسته‌ای:

• روغن (مقداری)

• ۱۱۵ گرم یا نصف پیمانه پودر قند

• ۵۰ گرم یا نصف پیمانه مغز پسته خردشده

• طرز تهیه:

- ۱) ابتدا آب‌نبات پسته‌ای را آماده کنید؛ به این صورت که روی یک کاغذ شیرینی‌پزی را با کمی روغن چرب کنید و داخل یک سینی و کناری بگذارید؛ سپس مخلوط پودر قند و پسته را داخل تابه کوچک و نجسبی ریخته و روی شعله ملایم اجاق‌گاز قرار دهید و آنقدر هم بزنید تا پودر قند ذوب شود. این کار را آنقدر تکرار کنید که مغز پسته در پودر قند ذوب شده، سرخ شود و مواد تغییررنگ (رنگ طلایی تیره) پیدا کنند.
 - ۲) حالا این مواد را روی سطح کاغذ شیرینی‌پزی که قبلاً چرب کرده بودید، بریزید. پس از گذشت مدتی، مواد در مجاورت با هوا سرد شده و به‌صورت لایه‌ای سفت می‌شوند.
- این درواقع همان آب‌نبات پسته‌ای است. این لایه آب‌نباتی را با چاقو به قطعات ریز خرد کنید.
- ۳) حالا ابتدا پوست ضخیم میوه‌ها را با چاقو بکنید و سپس پوست داخلی نازک میان پره‌های آنها را نیز از گوشت جدا کنید. این کار را داخل

کاسه‌ای انجام دهید تا آب مرکبات نیز در آن ریخته شود. مرکبات پریزده را در ظرفی جداگانه بریزید.
(۳) از طرفی دیگر، تابه متوسط نجسبی آماده کنید و شکر و کره مارگارین را در آن بریزید و روی شعله اجاق گاز قرار دهید تا شکر آب شده و مایه‌ای طلایی‌رنگ حاصل شود؛ سپس آب حاصل از پریکردن مرکبات را نیز به آن اضافه کنید.
پس از اینکه مواد غلیظ شده و حالت شیره پیدا کرد، گوشت مرکبات را به شیره اضافه کنید و با قاشق روی همان حرارت ملایم، مواد را کمی با هم مخلوط کنید.
در پایان، این دسر را داخل ظرف موردنظر ریخته و با آب‌نبات پسته‌ای و درصورت دلخواه با برگ نعنا تزئین کنید.

منبع : همشهری آنلاین

<http://vista.ir/?view=article&id=100594>

 **vista.ir**
Online Classified Service

دسر هلو یا زردآلو

- مواد لازم :
- پوره هلو یا زرد آلو يك لیوان (هلو یا زرد آلو به صورت کمپوت باشد)
- پودر ژلاتین دو قاشق مرباخوری و يك قاشق چایخوری
- شکر دو قاشق سوپ خوری
- آب لیمو ترش يك قاشق مرباخوری
- خامه ساده یا ماست سفت يك سوم لیوان (خامه احتیاج به شیرین شدن و هم زدن ندارد)
- آب کمپوت هلو یا زرد آلو سه قاشق سوپ خوری
- آب سه قاشق سوپ خوری
- کرم کاستارد يك لیوان سرخالی





• طرز تهیه

زرد آلوهای کمپوت شده را در صافی می ریزیم تا آب اضافی آنها گرفته شود. سپس سه قاشق سوپ خوری آب کمپوت را به همراه شکر و زردآلوه‌ها در مخلوط کن می ریزیم تا به صوت پوره درآید. این پوره را با کرم کاستارد (طرز تهیه آن در قسمت پایین آمده است) مخلوط کرده و با قاشق هم می زنیم، سپس ژلاتین را در سه قاشق سوپ خوری آب سرد می ریزیم و روی بخارآب (حرارت غیرمستقیم) مثلاً روی کتری می گذاریم تا مخلوط کاملاً روان گردد. آن گاه ژلاتین حل شده را به مواد، اضافه کرده، آب

لیمو، ماست سفت یا خامه را نیز بدان می افزاییم و خوب هم می زنیم . مواد را در قالب مخصوص که چرب شده می ریزیم و به مدت يك ساعت در یخچال می گذاریم تا ببندد.

• طرز تهیه کرم کاستارد:

- شیر ۲ پیمانه شیرینی پزی
- نشاسته ذرت ۲ قاشق سوپخوری
- شکر نصف پیمانه
- زرده تخم مرغ ۲ عدد

شیر سرد، نشاسته ذرت و شکر را با هم حل کرده، تخم مرغ ها را اضافه کرده و خوب مخلوط می کنیم. سپس روی حرارت ملایم قرار می دهیم و به طور مداوم هم می زنیم تا غلیظ شده و مثل فرنی شود. بعد از اینکه به غلظت رسید از روی حرارت بر می داریم، وانیل یا هر اسانس دیگری که تمایل داریم به آن اضافه می کنیم و هم می زنیم. بعد از سرد شدن در تهیه دسر استفاده می کنیم.

<http://vista.ir/?view=article&id=74408>

 **vista.ir**
Online Classified Service

این شیرینی بسیار خوش خوراك است و تهیه آن نسبت به بازار، ارزان قیمت تر تمام می شود.

• مواد لازم:

- تخم مرغ ۲ عدد
- روغن مایع ۴ قاشق غذاخوری
- ماست ۱ لیوان سرخالی
- شکر ۱ لیوان
- پکینگ پودر ۲ قاشق مرباخوری
- جوش شیرین نصف قاشق مرباخوری
- آرد به میزان لازم



• طرز تهیه:

ماست، جوش شیرین و پکینگ پودر را مخلوط می کنیم و کنار می گذاریم. تخم مرغ ها را می زنیم، روغن و شکر را اضافه می کنیم. بعد هر دو مخلوط را به هم اضافه می کنیم. سپس آرد را کم کم اضافه کرده تا خمیر لطیفی بدست آید خمیری که نه شل و نه سفت باشد. به مدت يك تا دو ساعت در جای گرم می گذاریم تا ور آید. خمیر را با وردنه باز کرده، قالب گرد ساده زده و قالب گرد کوچکتری وسط آن می زنیم و دونات را در روغن داغ فراوان سرخ می کنیم. بعد از سرد شدن، روی دونات کمی شهد می ریزیم و پودر نارگیل یا پودر پسته می پاشیم.

منبع : سازمان آموزش و پرورش استان خراسان

<http://vista.ir/?view=article&id=75179>

 **vista.ir**
Online Classified Service

دونات



- مواد لازم:
- شیر ولرم ۱ پیمانه (۱۵۰ گرم)
- شکر ۲/۱ پیمانه (۷۵ گرم)
- تخم مرغ ۲ عدد
- کره آب کرده ۵۰ گرم
- پودر خمیر ترش ۲ قاشق غذاخوری
- نمک ۴/۱ قاشق چایخوری
- آرد ۴۰۰-۵۰۰ گرم
- برای روی دونات :
- پودر قند به مقدار لازم
- پودر دارچین به مقدار لازم

• طرز تهیه:

ابتدا شیر، شکر، تخم مرغ، کره آب کرده، پودر خمیر ترش و نمک را باهم مخلوط کرده کم کم آرد را اضافه نمایید تا جاییکه خمیر بدست نچسبد و در عین حال لطیف باشد. روی خمیر را بپوشانید به مدت ۱،۵ - ۱ ساعت به خمیر استراحت دهید تا حجم خمیر دو برابر شود. سپس خمیر را روی سطح صافی باز کرده با قالب میان خالی قالب بزنید مجدداً ۱۵-۱۰ دقیقه استراحت دهید سپس در روغن سرخ کنید و با قند و دارچین تزئین و سرو کنید.

منبع : زنده رود

<http://vista.ir/?view=article&id=101143>

 **vista.ir**
Online Classified Service

رنگینک، ترکیبی از گردو و خرما

رنگینک غذایی صددرصد ایرانی است. حلاوتی که ماندگاری آن در یخچال به یک هفته هم می رسد. در این شیرینی خانگی، گردو و خرما دست به دست هم می دهند و وعده ای سرشار از بهترین مواد غذایی به وجود می آید.

• مواد لازم:

- یک کیلو خرما،
- نیم کیلو آرد گندم،
- یک فنجان مغز گردو ۲۵۰،
- گرم پودر قند،

▪ دو قاشق مرباخوری دارچین و پودر پسته هم نصف فنجان.

دستور تهیه: هسته های خرما را پس از شستن خرماها، درآورده و درون آنها، مغز گردو بگذارید اکنون دریک دیس گرد، یک ردیف خرما بچینید و سپس آرد و روغن را طوری تفت بدهید که کاملاً طلایی شود و بعد که کمی خنک شد نصف آن را روی خرماها بریزید و کمی پودر قند روی آن بپاشید و دوباره یک ردیف خرما آماده شده را روی آن چیده و بقیه آرد سرخ شده را روی خرماها ریخته و باقیمانده پودر قند را روی آن بپاشید دست آخر می توانید سطح رنگینک را با دارچین و پودر پسته تزیین کنید.

• نکته های تغذیه ای:

این دسر انرژی زیادی دارد و برای افرادی که پیای فشارشان به اصطلاح می افتد، مناسب است. اگر همین مقدار رنگینک تدارک دیده باشید، معادل ۸۰۹۳ واحد کالری دارد و چنان چه بخواهید ۱۵ تا ۲۰ وعده از آن میل کنید، سهم هر بار از انرژی، ۴۶۲ کالری خواهد بود.

منبع : روزنامه جوان

<http://vista.ir/?view=article&id=121406>



- VACUUM: در این روش از دم کن وکیوم استفاده شده که شامل دو محفظه فوقانی و تحتانی می باشد و توسط يك مجرا حاوی فیلتر به یکدیگر متصل شده است. پودر قهوه در بخش فوقانی قرار داده میشود و آب در بخش تحتانی. زمانی که آب داغ میشود توسط فشار بخار به بخش فوقانی آمده و با پودر قهوه ترکیب میشود. سپس با سرد شدن آب در بخش تحتانی يك خلاء نسبی ایجاد شده که مجدداً آب که اکنون

قهوه آماده نوشیدن میباشد به پایین باز میگردد.

- PERCOLATOR: در این روش از پرکولیتور استفاده میشود که بارها و بارها آب داغ را از پودر قهوه عبور میدهد. این روش زیاد قهوه مطبوعی در اختیاران قرار نمیدهد.



- TURKISH: در این روش از قهوه جوش معمولی استفاده می گردد. برای تهیه قهوه ترك باید از پودر قهوه ترك بسیار ریز استفاده نمود. ابتدا يك قاشق مرباخوری شکر و يك قاشق مرباخوری قهوه ترك را در يك فنجان آب سرد ریخته و هم بزنید. سپس زیر شعله قرار داده و به محض آنکه قهوه کف کرد از روی شعله آن را بردارید. اگر برای چندین نفر قهوه را سرو می کنید، کف را ابتدا میان فنجانها بطور مساوی تقسیم کرده سپس قهوه را بریزید.

- ESPRESSO MACHINE: دستگاه مخصوص تهیه اسپرسو و کاپوچینو می باشد. آب داغ با فشار زیاد با قهوه ترکیب می گردد که سبب خارج گشتن کامل عصاره قهوه میگردد. پودر قهوه در این روش باید بسیار ریز باشد.

مارکهای معروف قهوه

مارکهای معروف قهوه عبارتند از: MAXWELL، NESTLE، LAVAZZA، ILLY، JACOB

مهندس هاله جهان پیکر

منبع : موسسه اطلاع رسانی طعام اسرار

<http://vista.ir/?view=article&id=13575>

روش ساخت گز اصفهان و پولکی زعفرانی

• گز اصفهان

▪ مواد لازم:

- شکر : ۱ / ۳۲ پیمانه (۲۵۰ گرم)
- آب : ۱ پیمانه (۱۶۰ میلی لیتر)
- بادکا : ۳۰۰ گرم (۱ پیمانه سرخالی)
- سفیده تخم مرغ : ۵ عدد (۱۵۰ گرم)
- گلاب: ۱ قاشق سوپخوری (۱۴ میلی لیتر)
- مغز پسته : ۱ / ۳۱ پیمانه (۱۵۰ گرم)

▪ روش تهیه



شکر و آب را روی حرارت ملایم قرار دهید تا حدی که فقط شکر آب شود.

سپس بادکا را اضافه کنید. در این زمان مواد کف می کند و بالا می آید. مایه را مرتب با قاشق چوبی هم بزنید تا شهد مانند آب نبات کشی شود. سفیده تخم مرغ را با همزن برقی بزنید تا کاملاً فرم بگیرد. برای اینکه بدانید شهد آماده است، کمی از شهد را داخل آب یخ بریزید، پس از سرد شدن باید حالت شکننده پیدا کند.

مایه را از روی حرارت بردارید و مرتب هم بزنید. گلاب را به سفیده اضافه کنید و با همزن برقی بزنید. دو قاشق از شهد را داخل سفیده بریزید و با همزن خوب بزنید.

سپس محتوای کاسه سفیده را داخل شهد بریزید و هم زدن را تا زمانی که مواد گرم است (حدود ۱۰ دقیقه) ادامه دهید. باید مراقب باشید که مواد سرد نشود، زیرا خراب می شود. مواد را روی شعله پخش کن با حرارت ملایم قرار دهید تا جایی که همزن قدرت دارد با همزن بزنید. وقتی که مواد سفت شد، با قاشق به صورت پارویی هم بزنید. سپس مغز پسته را اضافه کنید.

از مایه تکه های کوچکی برداشته و آن را گرد کنید و روی مقداری آرد با کمک کاردک فرم دهید.

- نکته

برای امتحان مقداری از گز را بگذارید تا خنک شود، وقتی در دست غلطانید، اگر به دست نچسبید آماده است.

- پیشنهاد

در صورت دلخواه پس از فرم دادن برای اینکه مرتب تر شود، می توان قالب زده سپس در آرد غلتاند.

جایگزین

می توانید به جای مغز پسته از مغز بادام استفاده کنید.

• پولکی زعفرانی

▪ مواد لازم:

- شکر: یک پیمانه (۱۵۰ گرم)

- آب: ۲۱ / پیمانه (۸۰ میلی لیتر)

- سرکه ی انگور: ۴۱ / پیمانه (۴۰ میلی لیتر)

- زعفران (حل شده در آب جوش): ۱ قاشق سوپخوری (۱۴ میلی لیتر)

▪ روش تهیه

شکر، آب و سرکه را روی حرارت ملایم قرار دهید تا شکر آب شود. سعی کنید مواد را روی حرارت، زیاد هم نزنید.

زعفران را اضافه کنید. برای امتحان آن می توانید کمی از آن را با قاشق روی یخ بریزید، اگر مایه سریع گرفت و حالت شکننده پیدا کرد، پولکی آماده است.

آن را از روی حرارت بردارید. با یک قاشق سوپخوری روی کاغذ آلومینیومی که از قبل چرب کرده اید، بریزید تا سرد شود.

- نکته

اگر پولکی زیاد روی حرارت بماند، مزه تلخی به خود می گیرد و اگر زمان کمی روی حرارت بماند، ترد و شکننده نمی شود.

تهیه و تنظیم: ساناز سانیا

منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=132974>



رولت دارچین



- مواد لازم:
- آرد=۳ لیوان
- شیر خشک=۳ قاشق سوپخوری
- آب گرم=۲/۱ لیوان
- تخم مرغ=۲ عدد
- شکر=۲/۱ لیوان
- زخمیر مایه=۲ قاشق سوپخوری
- روغن مایع=۳/۱ لیوان
- نمک=۲/۱ قاشق چایخوری
- مواد داخل رولت:
- کره=۱۰۰ گرم
- پودر دارچین=به مقدار لازم
- مغز گردوی نرم شده=به مقدار لازم

- شکر=به مقدار لازم
- زرده تخم مرغ=۱ عدد
- طرز تهیه خمیر:
- شکر،خمیرمایه،تخم مرغ،روغن و نمک و شیر را با هم خوب مخلوط می کنیم و در آخر آرد را به آن اضافه می کنیم.
- آب گرم را کم کم به مواد اضافه می کنیم و خمیر را آنقدر با دست ورز می دهیم تا خمیر صاف و یکدستی بدست آید.
- خمیر را به مدت ۲ ساعت در جای گرمی می گذاریم و در آن را می بندیم تا خمیر ور بیاید.
- خمیر را با وردنه باز می کنیم و از آن به صورت مستطیل می بریم.
- کره را ذوب می کنیم و با برس روی خمیر می کشیم،پودر دارچین را با مغز گردوی نرم شده و شک مخلوط کرده و روی خمیر می کشیم بطوریکه تمام سطح خمیر را بپوشاند.(مقدار شکر نباید زیاد باشد).
- خمیر را رولت می کنیم و آن را با یک کارد به صورت دایره می بریم.
- دایره های رولت را در ظرف فر که قبلا چرب کرده و آرد پاشیده ایم می گذاریم(بهتر است داخل سینی فر را با آلومینیوم بپوشانیم و روی آلومینیوم را چرب کرده و آرد بپاشیم)
- سینی را در فر که قبلا چرب کرده ایم به مدت ابتدا ۱۵ دقیقه با حرارت پایین و سپس ۱۰ دقیقه با حرارت بالا(۱۷۰ درجه سانتیگراد) می پزیم.

- رولت ها را از فر خارج کرده و در ظرف می چینیم و روی آن را کرم کاکائو می ریزیم. بقیه خمیر باقیمانده را بدین طریق درست می کنیم.
- مواد لازم برای تهیه کرم:
- شیرخشک=۳ قاشق غذاخوری
- آب=۲/۱ لیوان
- شکر=۱ قاشق غذاخوری
- پودر کاکائو=۳ قاشق غذاخوری
- شکلات مایع در صورت تمایل=۲ قاشق غذاخوری
- طرز تهیه:
- همه مواد را با م مخلوط کرده و روی حرارت ملایم می گذاریم. مواد را هم می زنیم تا کرم غلیظ شود.

منبع : آشپزآنلاین

<http://vista.ir/?view=article&id=80810>



رولت عصرانه

- مواد لازم
- سه عدد نان لواش
- ۱۰۰ گرم گدو به دلخواه
- ۵۰ گرم سبزی خوردن بدون تربچه و پیازچه
- ۱۰۰ گرم پنیر
- ۱۰۰ گرم کره
- روش تهیه



ابتدا همه نان ها را به یک اندازه ببرید سپس یک تکه از آن را روی میز قرار داده و حدود هفتاد گرم از پنیر را روی آن بمالید به طوری که همه نان را فرا گیرد بعد مقداری از سبزی خوردن را روی آن بپاشید تکه ی بعدی نان را روی آن قرار داده وروی آن فشار دهید بعد حدود نصف کره را روی نان بمالید اگر دوست داشتید گردو را خرد کرده و روی نان و کره بریزیدو مقداری از سبزی



را روی نان بپاشید سپس نان سوومی را روی این دو تکه قرار داده و باز کمی فشار دهید و بقیه ی کره و پنیر را روی نان سوم مالیده و بقیه ی گردو و سبزی را روی آن بپاشید حال نان ها را لوله کرده و یک تکه آلومینیوم دور آن قرار دهید و حدود نیم ساعت در یخچال بگذارید سپس آن را بیرون آورده و برش بزنید این ساندویچ بسیار خوبی برای مدرسه بچه ها و مسافرت است

منبع : ترانه ها

<http://vista.ir/?view=article&id=96077>

 **vista.ir**
Online Classified Service

رولت گردویی

زمان تهیه: ۲۰ الی ۲۵ دقیقه

زمان طبخ: ۱۲ الی ۱۵ دقیقه

مواد لازم:

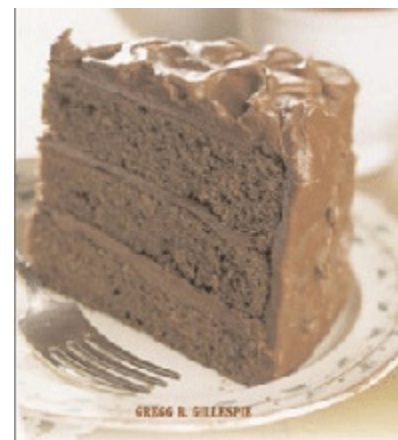
۳ عدد تخم مرغ که زرده و سفیده آنها جدا شده باشد

۲ قاشق چایخوری آب

۷۵ گرم پودر قند

۲ قاشق بزرگ عسل شفاف

۱۰۰ گرم آرد سفید





مقداری پودر قند برای روی رولت

۲۵ گرم گردوی خرد شده برای داخل رولت

۲۰۰ میلی لیتر خامه

یک قاشق بزرگ عسل

تعدادی گردوی درسته برای تزئین

سفیده تخم مرغ ها و آب را با همزن برقی می زنیم تا فرم گرفته و سفت شوند و اگر ظرف را برگردانیم از طرف بیرون نریزد. به تدریج پودر قند را اضافه می کنیم. به این ترتیب که هربار یک قاشق از آن را اضافه کرده و با همزن برقی می زنیم تا مخلوط غلیظ و براق شود. زرده تخم مرغ ها و عسل را افزوده با همزن می زنیم سپس آرد و گردوی چرخ شده را اضافه می کنیم و با یک قاشق فلزی خوب مخلوط می کنیم. کف یک قالب رولت به ابعاد ۲۴*۲۸ سانتی متر را کمی چرب کرده و با کاغذ روغنی می پوشانیم. کمی آرد روی کاغذ می پاشیم و مایه را در قالب ریخته با پشت قاشق سطح روی آن را صاف می کنیم. رولت را به مدت ۱۲ الی ۱۵ دقیقه در فر که از قبل گرم کرده ایم می پزیم، یک قطعه کاغذ روغنی به ابعاد ۲۵*۳۰ سانتی متر بریده آماده می کنیم. مقداری پودر قند روی سطح کاغذ می پاشیم. بلافاصله پس از بیرون آوردن رولت از فر آن را بر روی کاغذ روغنی برمی گردانیم. لایه کاغذ روغنی که قبل از طبخ در قالب انداخته بودیم را از رولت جدا می کنیم. با یک کارد تیز لبه های خشک شده رولت را بریده و صاف می کنیم سپس با کاغذ آن را لوله کرده می گذاریم سرد شود. برای داخل رولت خامه را با همزن برقی می زنیم تا فرم بگیرد مقداری از آن را برای تزئین روی رولت برمی داریم و باقیمانده را با گردوی خرد شده و عسل مخلوط می کنیم. این مخلوط را بر روی رولت که باز کرده ایم می ریزیم تا سطح روی آن را بپوشاند. سپس رولت را لوله می کنیم. خامه زده شده را که برای تزئین نگاه داشته بودیم در یک قیف خامه می ریزیم و با آن یک ردیف گل خامه بر روی رولت درست می کنیم. گل خامه ها را با نیمه های گردو تزئین می کنیم.

منبع : روزنامه شرق

<http://vista.ir/?view=article&id=3772>



• مواد لازم

- روغن برای چرب کردن
 - مایع شیرینی پفکی ۲۵۰ گرم
 - آرد کمی برای پاشیدن
 - مارمالاد ۱ قاشق غذاخوری
 - تخم مرغ ۱ عدد
 - پنیر رنده شده پیتزا ۵۰ گرم
 - هویج و خیار برای سرو
- دمای فر را روی ۲۲۰ درجه سانتی گراد تنظیم کنید و با برس سینی فر را چرب کنید.
- مایع شیرینی پفکی را با وردنه پهن کنید.
- روی خمیر را با مارمالاد بپوشانید.
- تخم مرغ را هم زده و با برس به لبه های خمیر بمالید.
- پنیر را روی مارمالاد بپاشید.
- خمیر را مانند شیرینی رولت رول کنید پس از يك دور پیچیدن، دوباره روی خمیر تخم مرغ بمالید و رول کنید.

رولت ها را در اندازه كوچك با چاقو بریده و روی سینی فر بگذارید و سینی را داخل فر قرار دهید.

فر گرم را برای ۱۲ تا ۱۵ دقیقه تنظیم کنید تا رولت ها پف کند و طلاپی شود.

رولت ها را به صورت سرد یا گرم به همراه خیار و هویج برش خورده سرو کنید.

منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=84870>

زولبیا

ماست ساده کم چرب : ۱ کیلو

کف دریا : ۱ قاشق سوپخوری

قند : ۰,۵ کیلو

تخم مرغ : ۲ عدد

نشاسته : ۳۰۰ گرم

روغن : ۰,۵ کیلو

گلاب : ۱ فنجان

عسل : ۴۰ گرم



ماست را در کیسه سفید تمیزی ریخته، آبش را بگیرید، نشاسته گندم را در آب خیس کرده صافش بنمائید ماست را با نشاسته مخلوط کرده چهار قاشق روغن آب شده و نیمگرم با آن مخلوط کرده، همش بزنید تا به صورت خمیری شل در آید و از قیف رد شود، سپس آن را مدت نیم ساعت کنار بگذارید همین که مایه پس از نیم ساعت برای پختن حاضر شد، روغن را در تابه ریخته، داغ که شد مایع فوق الذکر را از قیف گذرانده آن را به صورت زولبیا در آورده، سرخش کنید و با کفگیر در شیره شکر، عسل و گلاب که قبلاً تهیه کرده اید بریزید.

<http://vista.ir/?view=article&id=353>

 **vista.ir**
Online Classified Service

زولبیا

نشاسته : ۵۰۰ گرم



ماست ساده کم چرب : ۵۰۰ گرم
آرد سفید : ۷۵ گرم
جوش شیرین : ۰,۵ قاشق مربا خوری
گلاب : ۰,۵ فنجان
آب لیموترش : ۱ قاشق مربا خوری
آب : ۱ فنجان



نشاسته را در ماست حل کرده از صافی رد می‌کنیم تا صاف و بدون گلوله بشود، آرد را اضافه کرده مخلوط می‌نماییم مایه را یکی دو ساعت می‌گذاریم بماند، روغن مایع فراوان را داغ می‌کنیم و بعد مایه را در قیف مخصوص ریخته خطوطی دایره وار به‌طوری که یکدیگر را قطع کند در روغن داغ شده می‌پزیم. (در صورتی‌که زولبیا خوب پف نکرد جوش شیرین را با مایه مخلوط می‌کنیم) به همین طریق زولبیا را آماده می‌کنیم و دو طرف آن

را سرخ نموده بلافاصله در شربت زولبیا که ذیلا دستور آن داده شده می‌اندازیم.

• طرز درست کردن شربت زولبیا و بامیه:

یک پیمانه آب و شکر و گلاب را مخلوط می‌کنیم و در ظرفی می‌ریزیم و روی آتش می‌گذاریم تا جوش آید و کاملاً غلیظ شود بعد آب‌لیمو را می‌ریزیم، یکی دو جوش که زد از روی آتش بر می‌داریم و از صافی رد می‌کنیم. می‌توانید عسل و هل نیز برا افزودن طعم و بوی شربت به آن اضافه کنید.

<http://vista.ir/?view=article&id=372>

 **vista.ir**
Online Classified Service

زولبیا

• مواد لازم برای شش نفر:



نشاسته..... دویست گرم
 ماست..... دویست گرم
 آرد..... بیست گرم
 روغن جامد..... يك قاشق چایخوری
 جوش شیرین..... نصف قاشق چایخوری
 آب یا در صورت تمایل گلاب..... يك قاشق سوپخوری
 • طرز تهیه:



ابتدا باید نشاسته و ماست را با یکدیگر مخلوط کنیم، پس از چند دقیقه که نشاسته در ماست حل شد، آرد را به آن افزوده و با همزن خوب هم می‌زنیم تا مایع مورد نظر صاف شود. آنگاه روغن جامد را به آن اضافه می‌کنیم و دوباره شروع به همزدن می‌کنیم، سپس به مایع درست شده، آب و یا گلاب را به همراه زعفران و جوش شیرین اضافه کرده و هم می‌زنیم. سپس مایع را در قیف مخصوص می‌ریزیم و روی روغن داغ، فرم می‌دهیم، پس از این‌که کمی سرخ شد، آنها را پشت و رو می‌کنیم و داخل شربت قرار می‌دهیم و پس از يك ربع از شربت خارج می‌کنیم.
 _ توضیح: برای تهیه شربت يك کیلو شکر را در ۳۰۰ گرم آب می‌جوشانند و به آن مقدار کمی جوهرلیمو، هل و ۱۰ گرم باتقا (مایه‌ای که فنادها از آن استفاده می‌کنند) اضافه می‌کنیم.

منبع : خانواده سبز

<http://vista.ir/?view=article&id=70113>

 **vista.ir**
 Online Classified Service

زولبیا

- مواد لازم:
- گل نشاسته گندم ۲ کیلو





▪ ماست ۲ كيلو

• طرز تهیه:

الف) مرحله اول: مواد را با هم مخلوط و خوب بهم می زنیم و ۲۴ ساعت می گذاریم بماند.

ب) مرحله دوم: کل مایه را از صافی رد می کنیم. اگر کمی شل بود کمی

آرد مخلوط می کنیم. سپس در داخل روغن می ریزیم. بعد از در آوردن از روغن، درون شربت می اندازیم و مستقیم داخل سینی می گذاریم.

▪ نکته: برای زولبیای گرد، چند قوطی تن یا کنسرو را داخل روغن می گذاریم و درونش می ریزیم. نکته: برای زولبیای قیفی از قوطی مایع ظرفشویی نیز استفاده می کنیم.

▪ نکته: برای عوش شدن رنگ زولبیا از کمی شربت زولبیا در مایه آن استفاده می کنیم. شربت زولبیا به ازای هر يك كيلو شكر، يك لیوان آب و نوك قاشق چایخوری جوهر لیمو می ریزیم.

▪ نکته: اگر بخواهیم از این شیر به برای زولبیا استفاده کنیم باید از گلاب و اگر برای شیرینی باشد از وانیل استفاده می کنیم.

منبع : سازمان آموزش و پرورش استان خراسان

<http://vista.ir/?view=article&id=75193>

 **vista.ir**
Online Classified Service

زولبیا، بامیه و گوش فیل

• ابتدا مواد اولیه شربت و شیوه پخت آن:

▪ شکر: دو فنجان،

▪ آب: يك فنجان،

▪ گلاب: يك قاشق غذاخوری،

▪ زعفران حل شده: يك قاشق مرباخوری،





• آبلیمو: يك قاشق غذاخوری.

آب و شکر را روی حرارت ملایم قرار می دهیم تا بجوشد. سپس گلاب و زعفران را به آن می افزاییم و چند جوش که زد، آبلیمو را اضافه می کنیم. زمان کوتاهی تا آماده شدن شربت لازم است آن اندازه که چند جوش دیگر بزند. شربت آماده شده را از روی حرارت بر می داریم.

• زولبیا، مواد لازم و شیوه پخت:

• نشاسته: ۲۰۰ گرم،

• ماست: ۱۸۰ گرم،

• آرد: ۲۰ گرم،

• زعفران حل شده: يك قاشق مرباخوری،

• روغن جامد: يك قاشق چایخوری،

• جوش شیرین: يك دوم قاشق چایخوری

• آب یا گلاب: يك قاشق سوپخوری.

نشاسته و ماست را مخلوط کرده، چند دقیقه ای صبر می کنیم تا نشاسته در ماست خیس خورده و به راحتی حل شود. اکنون آرد را می افزاییم و با همزن خوب به هم می زنیم تا صاف و یکدست شود. حال روغن جامد را اضافه کرده و در حین به هم زدن، آب یا گلاب را همراه با زعفران حل شده به مایع می افزاییم. و آن را در قیف مخصوص می ریزیم.

در این مرحله جوش شیرین را اضافه می کنیم و مایع را خوب به هم زده، در حالی که روغن روی شعله قرار دارد، زولبیا را توسط قیف در روغن کاملاً داغ به صورت دایره ای بزرگ و کوچک قرار می دهیم و بلافاصله پس از کمی سرخ شدن آن ها را پشت و رو می کنیم. زولبیاها را در شربت قرار می دهیم و پس از ۱۰ تا ۱۵ دقیقه آن ها را از شربت خارج کرده و در صافی قرار می دهیم تا شربت اضافه آن خارج شود.

نکته: برای سرخ کردن بامیه و زولبیا و گوش فیل حتماً از روغن مایع استفاده کنید. چون روغن جامد سبب سفت شدن آن ها خواهد شد.

• بامیه: مواد لازم و شیوه پخت: ۲۰۰ گرم آرد، ۲۰۰ گرم آب، سه عدد تخم مرغ، يك قاشق سوپخوری روغن جامد، نیم کیلو شکر و يك سوم قاشق نمک، ۱۵۰ گرم آب، دو قاشق سوپخوری آبلیمو و کمی هم گلاب.

آرد را به آرامی به ظرف آب در حال جوش می ریزیم و مرتب هم می زنیم تا خمیر تقریباً سفتی به دست آید. سپس روغن را می افزاییم و دوباره هم می زنیم (در حدود دو تا سه دقیقه) به گونه ای که خمیر به صورت پک تکه درآید. خمیر که کمی سرد شد، تخم مرغ ها را یکی یکی اضافه می کنیم و خوب خمیر را ورز می دهیم تا نرم و لطیف شود. برای این که بامیه رنگ زیباتری به خود بگیرد، بهتر است از شربت بامیه يك قاشق سوپخوری به خمیر آن بیفزایید. سپس خمیر را در قیف با ماسوره کنگره دار متوسط می ریزیم و در روغن مایع سرخ می کنیم. بامیه ها را در حین سرخ شدن مرتب به هم می زنیم تا به هم نچسبند و یکدست سرخ شوند. بامیه های آماده شده را بلافاصله در شربت گرم می اندازیم تا شربت

را خوب به خود جذب کند در غیر این صورت بامیه ها شربت را جذب نخواهند کرد. اگر بامیه پس از چند ساعت شربت خود را از دست داد، علت آن رقیق بودن شربت است.

گوشت فیل، مواد لازم و شیوه پخت: تخم مرغ دو عدد، ماست نصف فنجان، روغن جامد یک قاشق سوپخوری، بیکینگ پودر یک قاشق چایخوری و آرد به مقدار کافی.

در یک طرف گود، ماست و تخم مرغ و بیکینگ پودر را خوب هم می زنیم و روغن و آرد را کم کم به آن می افزاییم تا خمیر صاف یکدستی تهیه شود. سپس آن را چند قسمت کرده و مانند نانواپی ها، چانه می گیریم و روی خمیر را با نایلون می پوشانیم تا سطح خمیر خشک نشود و جا نیفتد. بعد از یکی دو ساعت هر یک از خمیرها را با وردنه روی میز به قطر دو میلی متر پهن کرده و با قالب گردی، خمیر را به صورت دایره قالب می زنیم. سپس یک طرف دایره را جمع کرده و در روغن داغ سرخ می کنیم. آماده که شد روی آن ها را پودر قند می پاشیم و در ظرف می چینیم.

• نکات:

- در صورتی که بخواهید روی گوشت فیل پودر شکر بپاشید، در این صورت قطر خمیر را کمی نازک تر کنید.
- گوشت فیل را می توانیم به شکل های مختلفی مانند مربع، پاپیونی و برگ هم در بیاوریم.
- اگر روغن گوشت فیل سرد باشد، خمیر پف نخواهد کرد.
- اگر شربت رقیق باشد، گوشت فیل زود نرم و بیات می شود.

منبع : روزنامه جوان

<http://vista.ir/?view=article&id=74459>

 **vista.ir**
Online Classified Service

ژله در خربزه سبزی شکل

• مواد لازم:

- خلال پسته برای تزئین
- ژله بسته ای (قرمز) ۲ بسته



- آب سرد ۲ لیوان سرخالی
- آبگرم (ولرم) ۲ لیوان سرخالی
- کمپوت آناناس و گیلان بدون آب ۲/۱ لیوان، ۲/۱ لیوان
- خربزه بزرگ ۱ عدد
- خامه فرم گرفته ۲۰۰ گرم
- طرز تهیه:



ژلها را با آب سرد و آب ولرم مخلوط کرده و در یخچال میگذاریم تا خود را ببندد. خربزه را خربزه را از طول طبق شکل برش می‌دهیم تا به شکل سبد شود. عرض دسته سبد ۴ سانتیمتر است. اگر لبه‌های بریده شده را به

صورت ۷ و ۸ دریاوریم آورده زیباتر میشود.

تخمه های آن را بیرون آورده و داخل آن را با کمپوت آناناس و گیلان پر میکنیم و خلال پسته روی آن میریزیم. بعد از نیم ساعت که در یخچال ماند آماده میشود.

منبع : هنر در خانواده

<http://vista.ir/?view=article&id=79639>

 **vista.ir**
Online Classified Service

ژله دو رنگ

- مواد لازم:
- پودر ژلاتین ۳۰ گرم
- شکر ۳۲۰ گرم
- رنگ قرمز چند قطره



▪ رنگ سبز چند قطره

▪ آب ۱ لیتر

▪ آبلیمو ۱ قاشق غذاخوری (اگر بخواهید بجای آبلیمو اسانس میزنید)

• طرز تهیه:

مانند ژله ساده ژله را آماده میکنیم آبلیمو را به آن اضافه کرده و در ۲ ظرف بصورت و قرار میدهیم و رنگها را در ظرف ها میریزیم. ۱ ظرف قرمز و یک ظرف سبز.

ظرف ژله را با آب سرد میشوئیم و ژله قرمز را ریخته در یخچال قرار میدهیم

تا خود را ببندد. وقتی قرمز بسته شد ژله سبز را روی آن ریخته و در یخچال قرار میدهیم. اگر بخواهیم میتوانیم وسط ۲ ژله کمی کمپوت سیب پخته یا گلابی تکهتکه کرده و بگذاریم و ژله دوم را ریخته، در یخچال قرار دهیم بعد ۲ ساعت با نوک چاقو لبه ژله را جدا کرده و زیر آبجوش میگیریم یا در قابلمه آبجوش یک لحظه قرار داده و در ظرف بر میگردانیم و روی آن را با پودر نارگیل و خامه فرم گرفته تزئین میکنیم.

منبع : روزنامه قدس

<http://vista.ir/?view=article&id=79634>

 **vista.ir**
Online Classified Service

ژله سیب و نعنا

۹۰۰ گرم سیب

مقداری شکر

۳ قاشق سوپخوری برگ نعنا تازه، ریز خرد شده

سیبها را پس از شست وشو به قطعات درشت خرد کنید و در قابلمه ای ریخته آنقدر آب به آن اضافه کنید تا آب روی سیب ها را بگیرد. ظرف را روی حرارت اجاق گاز قرار





دهید تا آب به جوش آید. بگذارید مخلوط سیب و آب بجوشد تا میوه نرم شود. سپس این مخلوط را با استفاده از يك قطعه پارچه تمیز نازك مانند تنظیف صاف کنید. به این ترتیب که مخلوط سیب را در آن بریزید و آن را در قابلمه دیگری به نحوی قرار دهید که مایع حاصل از پخت سیب و آب سیب ها از دستمال در ظرف دوم بچکد. دستمال را به گونه ای در لبه قابلمه ثابت کنید که يك شب تا صبح بماند و آب آن کاملاً از دستمال رد شود. از فشردن سیب در داخل دستمال خودداری کنید وگرنه ژله شما شفاف نخواهد شد. صبح روز بعد میزان مایع جمع شده در ظرف را اندازه گیری کنید و به ازای هر ۶۰۰ میلی لیتر از آن ۴ پیمانه شکر اضافه کنید. آن را بر روی حرارت ملایم اجاق گاز قرار دهید بگذارید آرام آرام به جوش آمده و شکر در آن حل شود. بگذارید بجوشد تا قوام آید. برای آزمایش قوام کافی آن می توانید يك قاشق از آن را در يك نعلبکی بریزید و بگذارید سرد شود. اگر سطح روی آن بسته شد و چین افتاد، قوام ژله کافی است. آن را از روی حرارت برداشته بگذارید سرد شود. سپس نعنای را اضافه کنید و مخلوط نمایید. ژله را در ظروف در بسته شیشه ای که قبلاً داغ و استریل کرده اید بریزید و در یخچال نگاه دارید. پس از بازکردن در هر ظرف آن را در مدت يك هفته مصرف کنید.

منبع : روزنامه شرق

<http://vista.ir/?view=article&id=12213>

 **vista.ir**
Online Classified Service

ژله مات و شفاف

- مواد لازم:
- دو بسته ژله
- یک قوطی کمپوت
- یک بسته خامه ۵۰ گرمی





• طرز تهیه:

یک لیوان کمپوت خرد شده و آب کمپوت را در مخلوطکن خرد کنید. خامه را به آن اضافه کنید و مخلوط کنید. یک بسته ژله را در یک لیوان آب جوش حل و پس از آن به مواد موجود در مخلوطکن اضافه کنید. مواد را در مخلوطکن به قدری بزنید که به خوبی با هم ترکیب شوند، ترکیب حاضر را در ظرفی که می‌خواهید ژله را سرو کنید، بریزید و در داخل یخچال قرار دهید. برای تهیه این ژله‌مات می‌توانید از انواع ژله و انواع کمپوت استفاده کنید ولی کمپوت آناناس برای این کار مناسب‌تر است و ژله خوشمزه‌تری حاصل می‌شود. یک ردیف ژله مات به تنهایی زیبا نیست و در روی میز پذیرایی شما جلوه ندارد. ژله دیگری و ترجیحا به رنگ دیگری و به شکل ساده (یک لیوان آب جوش و یک لیوان آب سرد) تهیه کنید و روی ژله مات بریزید. دقت کنید این کار را باید سه الی چهار ساعت بعد که ژله‌مات به طور کامل بست، انجام دهید تا دو ردیف با هم مخلوط نشوند. اگر خامه اضافی داشتید، هنگام سرو دسر، روی ژله را با خامه تزیین کنید. ظرفی که برای تهیه و سرو ژله انتخاب می‌کنید، ظرفی بلورین باشد که مات و شفاف بودن دو ردیف ژله شما را نشان دهد. پودر ژله‌های موجود در بازار را می‌توان با همین ترکیب استفاده کرد ولی برای خوشمزه‌تر شدن ژله بهتر است یک قاشق مرباخوری شکر هنگام حل کردن ژله در آب جوش به آن اضافه کنید.

منبع : روزنامه کارگزاران

<http://vista.ir/?view=article&id=122444>

 **vista.ir**
Online Classified Service

ژله میوه

ژله : ۳ بسته

خامه : ۴۰۰ گرم

گلابی : ۰,۵ فنجان

سیب : ۰,۵ فنجان

هلو : ۰,۵ فنجان

آناناس کنسرو شیرین : ۰,۵ فنجان

ژلاتین : ۲۰۰ گرم

خاک قند : ۵ قاشق سوپخوری

وانیل : ۰,۵ قاشق مربا خوری

برای تهیه این ژله به دو قالب کوچک و بزرگی که داخل هم بیفتد و اطراف قالب کوچکتر ۲ تا ۳ سانتی‌متر با قالب بزرگتر فاصله داشته باشد احتیاج داریم.

ژله را در ۳ پیمانه آب جوش حل می‌کنیم و ۳ پیمانه آب سرد به آن مخلوط کرده و مایه را در قالب بزرگتر می‌ریزیم قالب کوچکتر را در داخل آن قرار می‌دهیم و داخل قالب کوچکتر را با وزنه یا یخ پر می‌کنیم به نحوی که قالب به هیچ وجه بالا نایستد و قالب را در یخچال می‌گذاریم تا ژله کاملاً بسته شود بعد ژلاتین را در کمی آب جوش حل می‌کنیم و با خامه و خاکه قند مخلوط می‌نمائیم و میوه‌های آماده شده را در آن می‌ریزیم وقتی ژله کاملاً بسته شد از یخچال خارج می‌کنیم وزنه‌ها را از داخل قالب بیرون می‌آوریم و قالب کوچکتر را با آب نیم گرم پر می‌کنیم و بلافاصله قالب را از ژله جدا کرده خارج می‌نمائیم.

با این عمل قالب ژله‌ای داریم که میان آن خالی است و مخلوط خامه و خاک قند و ژلاتین و میوه‌های خرد شده را داخل آن می‌ریزیم و پر می‌کنیم دوباره در یخچال می‌گذاریم تا خامه نیز کاملاً بسته شود بعد قالب را یک لحظه در آب نیم گرم قرار می‌دهیم و طرف مناسبی را روی دهانه قالب قرار داده و ژله را در آن برمی‌گردانیم و اطراف ژله را با انواع کمپوت و خامه فرم گرفته در قیف زینت می‌دهیم.

<http://vista.ir/?view=article&id=54>

 **vista.ir**
Online Classified Service

سالاد میوه

گلایبی : ۰,۵ کیلو

سیب : ۰,۵ کیلو

هلو : ۰,۵ کیلو

انگور : ۰,۵ کیلو

خریزه : ۰,۵ کیلو

هندوانه : ۰,۵ کیلو

شکر : ۴ قاشق سوپخوری

آب لیموترش : ۴ قاشق سوپخوری

خامه : ۲ فنجان

تخم مرغ : ۲ عدد

قند : ۲ قاشق سوپخوری

سیب را در آبلیمو خرد می‌کنیم که سیاه نشود.

گلایبی را هم مثل سیب در آبلیمو خرد می‌کنیم.

اگر دانه‌ای در انگور است خارج می‌کنیم.

هلو را هم به همان طریق خرد می‌کنیم و در آبلیمو می‌ریزیم.

شکر را روی آن می‌پاشیم و مخلوط می‌کنیم.

خامه و سفیده تخم مرغ را زده کمی که گرفت قند سائیده را اضافه می‌کنیم.

قبل از سرو کردن هندوانه و خریزه را مخلوط کرده فوری سر می‌بریم.

می‌توانیم نصف خامه را مخلوط نمائیم و با بقیه خامه روی آن را تزئین کنیم و یا سس مخصوص سالاد میوه را درست کرده سس را مخلوط سالاد

بنمائیم و با خامه روی آن را تزئین نمائیم.

<http://vista.ir/?view=article&id=51>

ساندی شکلات

• مواد لازم: ۴ گوی بستنی وانیلی و ۴ گوی بستنی قهوه، ۲ عدد موز رسیده، مقداری خامه، کمی بادام پرک شده یا خلال بادام
برای تهیه سس: ۵۰ گرم شکر، ۱۲۰ میلی لیتر یا نصف پیمانه عسل، ۳ قاشق سوپخوری نسکافه حل شده در آبجوش، یک قاشق چایخوری دارچین، ۱۵۰ گرم شکلات ساده خرد شده، ۷۵ میلی لیتر خامه کمی زده شده

برای تهیه سس شکر را همراه با عسل، نسکافه و دارچین در یک ظرف مناسب بریزید و روی حرارت متوسط اجاق گاز قرار دهید و مرتب هم بزنید تا



به جوش آمده و حدود ۵ دقیقه بجوشد.

شعله اجاق را خاموش کنید و شکلات را در مخلوط بریزید. هم بزنید تا شکلات ذوب شود. وقتی شکلات کاملاً ذوب شد مخلوط یک دست خامه را اضافه کنید و هم بزنید. بگذارید سس کمی سرد شود.
در این مدت دو گوی بستنی وانیلی و دو گوی بستنی قهوه در بستنی خوری های پایه دار بریزید و موزها را حلقه حلقه کرده روی بستنی ها در لیوان بریزید. سپس سس را که هنوز اندکی گرم است روی بستنی و موز بریزید و با کمی خامه زده شده و خلال بادام تزئین کرده بلافاصله سرو کنید.

منبع : روزنامه شرق

<http://vista.ir/?view=article&id=16614>

 **vista.ir**
Online Classified Service

ساندی شکلاتی



• مواد لازم:

- بستنی شکلاتی : دو و يك دوم پیمانه ،
- كمپوت گيلاس بدون هسته : ۴۰۰ گرم,
- آرد ذرت : دو سوم پیمانه,
- شكر : ۱ قاشق سوپخوری ,
- كيك شكلاتی : ۱۱۵ گرم,
- گيلاس تازه : ۸ عدد

• طرز تهیه :

كمپوت را آبکش کرده ، آرد ذرت را در ۲قاشق سوپخوری آب كمپوت حل كنید
بقیه آب كمپوت را در ماهی تابه ریخته تاجوش آید مخلوط آرد ذرت را به آن
اضافه کرده و اندکی بجوشانید تا شربت غلیظ شود گيلاسها را اضافه کرده
و سپس داخل سینی فلزی بریزید گيلاسها را همراه با شربت ته لیوان
بریزید،سپس به ترتیب از بستنی ، كيك شكلاتی ، خامه ومخلوط گيلاس

بریزید تا لیوانها پر شود در آخر با يك تکه كيك شكلاتی ، دو توپ بستنی ، خامه و گيلاس تازه دسر را تزیین كنید .

پارس پلانت

منبع : بیمه آسیا

<http://vista.ir/?view=article&id=82866>

 **vista.ir**
Online Classified Service

ساوارین میوه



- مواد لازم:
- ۱ قاشق چایخوری پودر قند
- ۱۷۵ میلی لیتر شیر گرم
- ۱۵ گرم مایه خمیر خشک
- ۲۲۵ گرم آرد سفید الک شده
- ۳ عدد تخم مرغ زده شده
- ۱۰۰ گرم کره ذوب شده
- ۱۵۰ گرم شکر
- ۲۵۰ میلی لیتر آب،
- آب یک عدد لیموترش
- ۵ قاشق سوپخوری آب پرتقال.

• طرز تهیه:

سالاد میوه مخلوط از میوه های تابستانی مانند انواع انگور، توت فرنگی و گیلان بدون هسته پودر قند را با شیر و مایه خمیر مخلوط کنید و بگذارید ۱۰ دقیقه بماند. آرد را با نمک مخلوط کنید و تخم مرغ، مایه خمیر و کره ذوب شده را به آن اضافه کنید و هم بزنید تا خمیر نرمی حاصل شود. آن را در یک قالب گرد حلقه ای به قطر ۲۳ سانتی متر که از قبل داخل آن را کمی چرب کرده اید بریزید و روی آن را بپوشانید. بگذارید در جای گرمی بماند تا خمیر ور آمده و تا لبه ظرف برسد.

کیک را در فر که از قبل با درجه حرارت ۲۰۰ درجه سانتی گراد یا ۴۰۰ درجه فارنهایت گرم کرده اید به مدت ۴۰ دقیقه یا تا زمانی که پخته و سطح آن طلایی شود بپزید، سپس از فر خارج کرده و از قالب بیرون بیاورید. بگذارید روی یک شبکه سیمی سرد شود. شکر و آب را با هم مخلوط کنید و بگذارید روی حرارت متوسط اجاق گاز به جوش آمده و ۵ دقیقه بجوشد تا حجم آن نصف شده و غلیظ شود. آب لیمو و آب پرتقال را اضافه کنید. سطح روی کیک را با چنگال سوراخ کنید و سپس شربت گرم را قاشق قاشق روی آن بریزید. بگذارید کیک شربت را جذب کند. پس از سرد شدن کامل کیک حفره داخل آن را با سالاد میوه پر کنید. در صورت تمایل با کمی خامه زده شده روی آن را تزئین کنید و سرو نمایید.

منبع : بیرتک

<http://vista.ir/?view=article&id=100152>

سمنو

سَمَنو یکی از دسرهای سنتی ایرانی و ویژه سفره هفت سین نوروزی است. سمنو را از جوانه گندم و آرد درست می‌کنند. ماده شیرین کننده سمنو شیره‌ای است که از خرد کردن جوانه گندم گرفته می‌شود. این شیره با آرد سبوس‌دار جوشانده می‌شود.

- مواد لازم برای ۴ نفر:

- گندم یک کیلو

- آرد ۴ کیلو

- آب به مقدار لازم

- طرز تهیه

(به نسبت یک کیلو گندم چهار کیلو آرد لازم است) گندم نقره‌ای شده را

چرخ می‌کنیم و یا می‌کوبیم بعد مقداری آب روی آن می‌ریزیم و خوب مخلوط

کرده آن را از صافی رد می‌نمائیم و آنها را با دست فشار می‌دهیم تا عصاره گندم که شیرین است گرفته شود آرد را در یک ظرف مناسب می‌ریزیم

شیره گندم را هم روی آن ریخته بهم می‌زنیم تا مایه صاف و رقیق شود شیره گندم باید مقداری باشد که مایه را رقیق کند ظرف را روی حرارت

ملایم قرار می‌دهیم مرتب آن را هم می‌زنیم تا جوش آمده و غلیظ گردد و ته نگیرد و رنگ آن هم قهوه‌ای شود نکته حساس در پختن سمنو این

است که از هم زدن سمنو غفلت نکنیم چون زود ته می‌گیرد و گلوله می‌شود پس از آن که سمنو غلیظ شد و غلظت آن مانند ماست معمولی در

آمد و رنگ آن هم قهوه‌ای خوش رنگ شد سمنو آماده‌است سمنو به روغن و شکر احتیاج ندارد.



<http://blofa.blogfa.com/cat-۵۷.aspx>

<http://vista.ir/?view=article&id=94081>

سمنو

▪ مواد لازم:

- گندم دویست و پنجاه گرم

- آرد یک کیلو

▪ طرز تهیه:

گندم را پاک کرده و می شوئیم. داخل کاسه دو تا سه بند انگشت آب روی گندم می ریزیم، دو روز در آب نگه می داریم و روزی یک تا دو بار آب گندم را عوض می کنیم تا گندم جوانه زده و نوک گندم نقره ای رنگ شود. در این مرحله گندم را در دستمال خیس شده ریخته و در کاسه ای می گذاریم. با دست، کمی آب روی آن می پاشیم. بعد از یک تا دو روز که ریشه پیدا کرد، در سینی گذاشته و باز آب روی آن می پاشیم تا گندم ساقه پیدا کند. ساقه نقره ای برای تهیه سمنو آماده است.

گندم همراه ساقه و ریشه را تکه تکه کرده، خوب می شوئیم. بعد از گرفتن آب آن کم کم با هاون یا چرخ گوشت می کوبیم تا له شود. معمول است که

دو بار با چرخ گوشت و هفت بار باهاون زده شود. داخل ظرف بزرگی به اندازه ای آب در گندم می ریزیم تا مایع شلی بدست آید سپس داخل پارچه می ریزیم تا شیره گندم خارج شود این کار را چند بار تکرار می کنیم تا عصاره گندم به طور کامل خارج شود. عصاره را دقایقی درمخلی ساکن بگذارید تا نشاسته گندم ته نشین شود سپس فقط مایع زلال رویی را در دیگی می ریزیم. آرد را در دیگ الک کرده بعد آرد و شیره را یواش یواش بهم می زنیم تا رقیق شود. سمنو را روی حرارت زیاد گذاشته تا بجوش آید، مرتباً بهم می زنیم تا غلیظ شود و به شکل حلو در آید. با حرارت کم نیم ساعت دم می کنیم. سمنو آماده است.



<http://vista.ir/?view=article&id=94800>

سوفله قهوه

- مواد لازم
 - سه لیوان شیر
 - شش عدد تخم مرغ
 - ۱۵۰ گرم پودر قند
 - ۴۰ گرم پوره برنج
 - یک فنجان قهوه غلیظ
 - مقداری نمک
- طرز تهیه:



اول اجاق گاز را گرم کنید، شیر را بجوشانید. سپس ۴ عدد زرده تخم مرغ را با پوره برنج با هم مخلوط کنید و سپس هم بزنید. نمک و شکر را نیز در عین حال به آن اضافه کنید. آنگاه شیر را کم کم به مخلوط خود اضافه کنید و آن را کم کم هم بزنید و قهوه غلیظ خود را به آن اضافه کنید. سفیده تخم مرغ را که قبلا از زرده ها جدا کرده اید با هم زده و به مخلوط خود اضافه کنید. قالب سوفله خود را با کره چرب کرده، مخلوط را داخل آن ریخته و قالب را در فر بگذارید. دمای فر باید متوسط باشد. قبل از اینکه سوفله را از فر بیرون بیاورید، روی آن پودر قند بپاشید.

منبع : روزنامه کارگزاران

<http://vista.ir/?view=article&id=82187>

 **vista.ir**
Online Classified Service

سوهان (سُون)



- مواد لازم
- روغن مایع ۱ فنجان
- شکر ۱ فنجان
- عسل ۱ قاشق سوپ خوری
- بادام خلال شده به مقدار لازم (نگاه کنید به تصویر)
- خلال پسته
- ظروف و وسایل لازم:
- یک قابلمه تقریباً ۲ تا ۳ لیتری، یک سینی مسی یا نظیر آن
- طرز تهیه:

شکر، عسل و روغن را با هم مخلوط می‌کنیم و روی حرارت می‌گذاریم و هم

میزنیم تا رنگ مواد طلایی رنگ بشود.

بادام خلال شده را توی مواد می‌ریزیم و حرارت گاز را کم می‌کنیم و مواد را با حرارت کم مداوم هم می‌زنیم تا بادام به رنگ طلایی درآید. دقت کنید عسلی را که من برای سوهان استفاده کردم رنگش مثل عسل‌های ایرانی نیست (قاطی دارد!) به همین خاطر رنگ سوهان کمی روشن تر شده در اصل اگر عسلی را که استفاده می‌کنید از همان نوعی باشد که معمولاً در ایران به فروش می‌رسد رنگ سوهان‌ها کمی تیره‌تر خواهد شد، طلایی رنگ نزدیک به قهوه‌ای روشن.

بعد از اینکه مواد به رنگ دلخواه رسید ظرف را از روی حرارت بردارید و بوسیله قاشق سوپ خوری مواد را روی یک سینی مسی یا نوع دیگری که به راحتی بتوان بعد از سرد شدن سوهان‌ها را به راحتی از سینی جدا کرد می‌ریزیم. دقت کنید برای اینکار باید کمی سریع عمل کنید تا مواد سرد نشود در غیر این صورت اگر مواد زیاد سرد شد کمی آنرا روی آتش گرم کنید تا راحت‌تر بتوان به آنها فرم داد. بعد از اینکه مواد را روی سینی ریختید مقداری خلال پسته روی سوهان‌ها بریزید. سوهان‌ها را بگذارید سرد شوند.

پس از چند دقیقه سوهان‌ها سرد خواهند شد، پس از سرد شدن به وسیله قاشق یا کارد یا کاردک یا هر وسیله‌ای مشابهی که در دسترس دارید سوهان‌ها را از سینی جدا کنید.

منبع : چنچه

<http://vista.ir/?view=article&id=88420>

سوهان عسلی

▪ مواد لازم: شکر دوپست گرم یا یک لیوان عسل صد گرم یا یک استکان روغن مایع یک استکان سر خالی خلال بادام دوپست گرم آب صد گرم یا یک استکان زعفران آب شده یک قاشق چایخوری هل کوبیده شده یک قاشق چایخوری خلال یا پودر پسته جهت تزیین

▪ طرز تهیه: شکر و آب را مخلوط کرده، روی حرارت می گذاریم تا شکر حل شده و کف آن برطرف شود. بعد عسل و روغن را اضافه می کنیم بعد از پانزده دقیقه جوشیدن، چکه ای از آن را درون سینی ریخته، وقتی زیر دندان شکننده شد خلال بادام میریزیم. بعد از تغییر رنگ بادام، شعله را کم کرده و زعفران آب شده و هل را میریزیم. شعله را خاموش کرده، بلافاصله با قاشق چایخوری روی سینی چکانده و خلال بادام و پسته میریزیم.

• سوهان کنجی

طرز تهیه آن دقیقا" مانند سوهان کنجی است، با این تفاوت که به جای خلال بادام، کنجد می ریزیم.



منبع : سایت آسمونی

<http://vista.ir/?view=article&id=14620>

سوهان گردویی

گردو : ۴۵۰ گرم

عسل : ۱۵۰ گرم

شکر : ۱۵۰ گرم

کره : ۱۵۰ گرم

زعفران : ۰,۱۵ گرم

نارگیل : ۱۵۰ گرم

مغز گردو را در تاوه بو بدهید تا پوستش گرفته بشود. باید مواظب باشید گردوها نسوزد. چه در این صورت مزه‌اش تلخ خواهد شد. پس از اینکه مغز گردو ها را بو دادید، آن را خلال کرده روغن و بادام و شکر در ظرف ریخته آن را روی آتش بگذارید. همین که شکر به کلی آب شد، خلال گردو را در آن بریزید و تند تند هم بزنید تا گردو سرخ شود. سپس زعفران و گلاب در آن ریخته، آتش را ملایم‌تر نموده روی سوهان فوق‌الذکر، نارگیل رنده شده بریزید. همین که به اندازه کافی پخته شد، از روی آتش بردارید.

<http://vista.ir/?view=article&id=45>

 **vista.ir**
Online Classified Service

سه طبقه خوشمزه

دسر یکی از اصلی‌ترین خوردنی‌ها بر سر سفره پذیرایی شما می‌تواند باشد.



حتماً لازم نیست که شما مهمان داشته باشید یا بخواهید که خیلی به خودتان زحمت بدهید تا دسر درست کنید. شما می‌توانید برای خانواده خودتان دسر درست کنید و بعد از آنکه غذا تمام شد سورپریزتان را برای خانواده رو کنید.

• مواد لازم:

▪ طبقه اول

- کیک شکلاتی یک عدد

▪ طبقه دوم

- پنیر خامه‌ای ۲ قوطی

▪ طبقه سوم

- خامه یک قوطی

- شکلات مایع یک لیوان (۶ حبه شکلات گالکسی)

• طرز تهیه:

- کیک را در مخلوط کن بریزید تا نرم شود سپس آن را در ظرف پیرکس ریخته روی آن را با قاشق صاف کنید.
- مواد طبقه دوم را در مخلوطکن بریزید و با هم مخلوط کنید، پس آن را روی کیک بریزید و سطح آن را صاف کنید.
- شکلات را روی حرارت ملایم بگذارید، سپس خامه را به آن اضافه کنید و هم بزنید.
- مواد را روی طبقه دوم بریزید و ظرف دسر را به مدت ۳۰ تا ۴۰ دقیقه با حرارت ۱۶۰ درجه سانتی‌گراد در فر بگذارید بعد از آن ظرف را مدتی هم در یخچال بگذارید تا سرد شود.

منبع : روزنامه تهران امروز

<http://vista.ir/?view=article&id=90350>



سیب معطر

- مواد لازم
- یک قاشق مرباخوری کره
- یک عدد موسیر
- یک عدد سیب
- سرکه
- یک تکه نان و تست
- برگ ریحان
- طرز تهیه

سیب را شسته و پوست بگیرید. سپس تخم های درون آن را جدا کنید. موسیر را به لایه های نازک برش دهید.

در یک تابه بزرگ کره را قرار داده و سپس موسیرها و سیب های خرد شده را اضافه کنید و برای ۱۰ دقیقه به آرامی حرارت دهید. چند دقیقه بعد سرکه را اضافه کرده و برای دو دقیقه اجازه دهید تا با هم تفت داده شوند. سپس



برگ های ریحان را با دست خرد کنید.

مخلوط سیب و موسیر را درون ظرف مناسبی ریخته و ریحان خرد شده را روی آن بپاشید و نان های خرد شده را کنارش بریزید.

مریم سعادت

منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=113878>

سیگارت (بیسکویت لوله‌ای)

• مواد لازم:

کره ۱۵۰ گرم

پودر قند ۱۰۰ گرم

آرد سفید ۷۵ گرم

درجه حرارت طبخ: ۱۵۰ درجه سانتی‌گراد

مدت طبخ: ۱۰ تا ۱۵ دقیقه روی پنجره وسط فر

• طرز تهیه:

اول کره را خوب می‌زنیم تا نرم و لطیف شود، بعد پودر قند را به آن اضافه کرده و خوب مخلوط می‌کنیم و سفیده تخم‌مرغ‌ها را کم‌کم اضافه کرده و به هم زنیم.

سینی مخصوص فر را کمی چرب کرده به آن آرد می‌پاشیم و مایع را با قاشق به شکل گلوله‌های گردو با فاصله روی سینی فر می‌ریزیم. سینی را کمی تکان می‌دهیم تا گلوله‌ها کمی پهن شود. سیگارت‌ها را بعد از اینکه از فر در آوردیم همان‌طور که گرم هستند روی شئی استوانه شکل مثل مداد می‌پیچیم و لوله می‌کنیم و در ظرف می‌چینیم.

کاترین گزوریان

منبع : نشریه بهکام

<http://vista.ir/?view=article&id=12270>

 **vista.ir**
Online Classified Service

شریت ریواس

• مواد لازم

▪ ریواس ۱ کیلو

▪ شکر ۱ کیلو

• طرز تهیه :

ابتدا ریواس ها را کاملاً با آب بشویید و با چاقو پوست آن را بکنید و مغز داخلی آن ، که کاملاً از پوسته خارجی جدا کرده اید و مغز سفید آن را به تکه های کوچک ۸ سانتیمتری برش بزنید .

سپس ریواس های خرد شده را در ظرف مورد نظر بریزید و شکر را به آن اضافه کنید .

شکر و ریواس را مخلوط کنید تا کاملاً ریواس ها به شکر آغشته شوند .

این مخلوط را ۲۴ ساعت بدون حرارت در ظرف و بیرون از یخچال (محیط خیلی گرم نباشد) نگه دارید و هر ۶ ساعت یک بار آن را هم بزنید تا شکر کاملاً به شیره و شهد تبدیل شود .

بعد از ۲۴ ساعت شربت ریواس را از صافی رد کنید .

اگر بعد از یک شبانه روز هنوز دانه های شکر در داخل ظرف مانده است می توانید آن را کمی حرارت دهید تا به شربت تبدیل شود .

شربت آماده مصرف است . این شربت در هنگام استفاده باید با آب رقیق شود و در یخچال نگهداری شود .

<http://www.lovelyfoods.com>

<http://vista.ir/?view=article&id=91742>

 **vista.ir**
Online Classified Service

شربت ساده

• مواد لازم



- آب ۵۰۰ سی سی
- شکر یک کیلو
- عرق نعناع ۲/۱ پیمانه
- سرکه سفید یک پیمانه
- کرم تارتار ۴/۱ قاشق چایخوری
- سفیده تخم مرغ (جهت جرم گیری شکر) یک عدد
- چگونگی تهیه

ابتدا شکر را در ظرفی همراه با آب روی حرارت قرار می دهیم تا به جوش آید سپس سفیده تخم مرغ را با چنگال زده اید به آن اضافه کنید تا تمامی جرم شکر گرفته شود شربت را صاف کرده و پس از شفاف شدن کرم تارتار را می افزایم ۵ دقیقه دیگر می جوشانیم حال عرق نعناع و سرکه را اضافه می کنیم مز آنرا تست کنید در صورتی که عطر و ترشی آن مورد پسند است چند دقیقه دیگر می جوشانیم پس از سرد شدن شربت را در شیشه ای تمیز ریخته و در یخچال قرار می دهیم و مورد استفاده قرار می دهیم.



منبع : شبکه جهانی جام جم

<http://vista.ir/?view=article&id=114889>

 **vista.ir**
Online Classified Service

شریت سرکه انگبین به رنگ سبز

• مواد لازم



- شکر یک کیلو
- آب ۵۰۰ سی سی
- عرق نعناع ۲/۱ پیمانه
- سرکه سفید یک پیمانه
- کرم تارتار ۴/۱ قاشق چایخوری
- سفیده تخم مرغ یک عدد
- رنگ سبز خوراکی ۲ تا ۳ قطره
- چگونگی تهیه



ابتدا شکر را در ظرفی همراه با آب روی حرارت قرار می دهیم تا به جوش آید سپس سفیده تخم مرغ را با چنگال زده اید به آن اضافه کنید تا تمامی جرم شکر گرفته شود شربت را صاف کرده و پس از شفاف شدن کرم تارتار را می افزاییم ۵ دقیقه دیگر می جوشانیم حال عرق نعناع و سرکه را اضافه می کنیم مز آنرا تست کنید در صورتی که عطر و ترشی آن مورد پسند است چند دقیقه دیگر می جوشانیم پس از سرد شدن شربت را در شیشه ای تمیز ریخته و در یخچال قرار می دهیم و مورد استفاده قرار می دهیم. و در آخر چند قطره رنگ سبز خوراکی به شربت می افزاییم.

▪ نکته: توجه داشته باشید که کرم تارتار جهت شفافیت و سفیده تخم مرغ جهت جرم گیری شکر مورد استفاده قرار می گیرد.

منبع : شبکه جهانی جام جم

<http://vista.ir/?view=article&id=114891>

 **vista.ir**
Online Classified Service

شربت گل سرخ و قند گل

گل سرخ اخلاق را خوش و مطبوع کرده و باعث گشادگی عروق می شود. همچنین گل سرخ



پوست را شاداب کرده و آرامش خاطر ایجاد می کند. سرزمین پهناور ایران مهد رویش دو نوع گل سرخ است: گل سرخ تبریز و گل سرخ قمصر کاشان، که هر کدام از این گلها دارای طبع متفاوتی است.



گل تبریز برای تهیه قند گل مناسب است؛ گل سرخ تبریز را در فروردین و اردیبهشت در يك دیگ مسی با قند می ساینند و در دیگ را با يك پارچه ضخیم پوشانده و در معرض آفتاب تابستان روی پشت بام می گذارند تا دیگ حاوی قند و گل به تدریج با اشعه نور خورشید در روزها گرم و شبها سرد شود و معجون طبیعی قند گل تا پایان فصل مهرماه آماده شود، اما برای درست کردن شربت گل: برگ گل سرخ را به مدت چند ساعت می جوشانیم تا آب و عصاره گل غلیظ شده، سپس به آن شکر را افزوده، آن را می پالاییم و با یخ و چند برگ گل سرخ تزئین می کنیم.

منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=3131>

 **vista.ir**
Online Classified Service

شربت لیمو و اسطوخودوس

- مواد لازم:
- زمان تهیه: ۱۵ دقیقه
- یخ
- دو فنجان آب جوش
- سه چهارم فنجان شکر
- هشت عدد لیمو ترش تازه
- پنج فنجان آب سرد
- یک چهارم فنجان اسطوخودوس خشک



• طرز تهیه:

یخ ها را در پارچ بریزید. اسطوخودوس را در کاسه ای ریخته و آب جوش را به آن اضافه کنید. درب آن را گذاشته و به مدت ۱۰ دقیقه آن را دم کنید. سپس آن را صاف کرده و شکر را به آب آن اضافه کنید و پس از هم زدن در پارچ بریزید. آب لیمو ترش ها را گرفته و در پارچ بریزید. روی آن آب سرد ریخته و آن



را هم بزنید. کمی از آن را بچشید و آب لیمو و شکر آن را مطابق سلیقه خود اضافه کنید. شربت را در لیوان های بلند ریخته و آن را سرو کنید.

فتانه احدی

منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=112890>

 **vista.ir**
Online Classified Service

شربتی برای تمام فصول

شربت سکنجبین یکی از نوشیدنی‌هایی است که مصرف آن از قدیم‌الایام در کشور ما مرسوم بوده است و ایرانیان توجه خاصی به این شربت خوش‌طعم داشته‌اند و اگرچه که به اشتباه زمان مصرف این شربت را (به دلیل گرما) فقط در تابستان می‌دانسته‌اند، اما به علت جایگاه ویژه‌ای که این شربت در طب سنتی دارد، استفاده از آن را در تمام فصول به شما خواننده گرامی توصیه می‌کنیم.

این شربت اعجاب‌آور، شاید ساده‌ترین ترکیبی باشد که می‌تواند تمامی مزاج‌ها را اصلاح کند و در طب سنتی توصیه اکید شده است که آن را به طور



دائم استفاده کنند.

• طرز تهیه



طرز تهیه این شربت در طب سنتی کمی با تهیه آن در میان عامه مردم

متفاوت است و به صورتی که گفته خواهد شد، اثر دارویی بیشتری داشته و باعث اصلاح مزاج شما خواهد شد.

• ترکیبات

▪ یک لیوان سرکه سیب یا انگور خانگی

▪ یک کیلو عسل طبیعی

▪ یک لیوان عرق نعناع یا عرق کاسنی.

ابتدا سرکه را در ظرفی ریخته و با شعله ملایم کمی می‌جوشانیم. سپس عرق نعناع را به آن می‌افزاییم تا در حد یک دقیقه با سرکه بجوشد.

سپس شعله گاز را خاموش می‌کنیم وقتی کاملاً از جوش افتاد و کمی خنک شد، عسل را به ظرف اضافه می‌کنیم.

می‌توانیم در صورت دلخواه، به جای عرق نعناع از مقداری نعناع تازه در هنگام جوشیدن سرکه استفاده کنیم. پس از آنکه چند بار خوب مواد را هم

زدیم آن را در شیشه‌ای ریخته و در جای خنک قرار می‌دهیم و موقع مصرف هر بار ۴۵ قاشق از این شربت را در یک لیوان آب حل کرده و نوش جان

می‌کنیم.

تذکر ۱) سرکه حتماً بایستی خانگی باشد در غیراین صورت باعث ناراحتی و زخم در دستگاه گوارش می‌شود.

تذکر ۲) به هیچ عنوان نباید عسل را بجوشانید زیرا خواص خود را از دست می‌دهد.

تذکر ۳) در صورتی که شما گرم مزاج هستید از عرق کاسنی و در صورت سرد مزاج بودنتان از عرق نعناع استفاده کنید.

این نوشیدنی شفا بخش همان‌طور که گفته شد سازگار با تمام طبایع است و باعث اصلاح هر مزاجی می‌شود بنابراین سعی کنید روزانه یک لیوان

از این نوشیدنی خوش طعم میل کنید.

منبع : روزنامه تهران امروز

<http://vista.ir/?view=article&id=98789>

شکلات بستنی

- مواد لازم
- شکلات کوبیده شده ۳۵۰ گرم
- شیر ۲۵۰ میلی لیتر
- کرم بستنی ۲۵۰ میلی لیتر
- وانیل ۲/۱ قاشق مربا خوری
- زرده تخم مرغ ۴ عدد
- شکر طلایی ۲۵ گرم
- طرز تهیه

شکلات (۳۵۰ گرم) را روی حرارت ملایم ذوب می کنیم. شیر، کرم بستنی و وانیل را میجوشانیم. زرده تخم مرغ و شکر را با همزن آنقدر هم می زنیم تا کمرنگ شود. شیر جوشانده شده را کم کم اضافه می کنیم سپس مخلوط را در ماهیتابه روی حرارت ملایم می گذاریم و مدام هم می زنیم تا به قاشق بچسبد. کستارد را به شکلات ذوب شده بیافزایید و خوب مخلوط

کنید و بگذارید سرد شود. سپس در قالب ریخته و به مدت ۲-۳ ساعت داخل فریزر میگذاریم وقتی قطور و نیمه یخزده شد آن را از فریزر خارج کرده و به آرامی با همزن مخلوط می کنیم. بعد بقیه شکلاتها را روی بستنی می ریزیم و هم می زنیم و دوباره برای ۱-۲ ساعت دیگر داخل فریزر می گذاریم تا کاملاً یخ بزند . سپس می توانید با تزئینات مختلف سرو کنید

<http://masoud7873.blogfa.com/post-1046.aspx>



<http://vista.ir/?view=article&id=94781>

شکلات با مغز کره بادام زمینی

• مواد لازم:

- دو پیمانه پودر قند
- ۵/۱ پیمانه کره بادام زمینی
- ۳ قاشق سوپخوری کره
- ۴۵۰ گرم شکلات تلخ یا کم شیرین
- ۳۶ عدد کاغذ شکلات کوچک

پودر قند، کره بادام زمینی و کره را در ظرفی مخلوط کرده و با همزن برقی بزنید تا کاملاً یکنواخت و مخلوط شوند. این مخلوط را در يك قیف خامه با سر گرد ساده بریزید و کنار بگذارید.

شکلات را بر روی يك ظرف آب جوش به طریقه «بن ماری» ذوب کنید. با يك قلم مو یا يك قاشق چایخوری کمی از شکلات ذوب شده را در هر يك از کاغذ شکلات ها بریزید به صورتی که سطح داخلی کاغذ شکلاتی شود. آنها را ۱۰ دقیقه در فریزر قرار دهید تا شکلات بسته شود. در هر يك از کاغذها کمی از مخلوط کره بادام زمینی را با قیف بریزید. با قاشق

چایخوری روی آن مقداری از شکلات ذوب شده بریزید تا روی کره بادام زمینی را بپوشاند. دوباره آنها را در فریزر قرار دهید. بعد از حدود ۱۵ تا ۲۵ دقیقه آماده سرو هستند. برای نگهداری آنها را در ظرف های در دار بچینید و در فریزر نگاه دارید.



منبع : روزنامه شرق

<http://vista.ir/?view=article&id=10846>

شکلات خانگی

- مواد لازم:

- شکلات تخته ای تیره رنده شده : ۳۰۰ گرم ،

- خامه پاکتی غلیظ : ۳۰۰ گرم ،

- سفیده تخم مرغ : ۴ عدد ،

- پودر قند : یک سوم پیمانه ،

ز خامه غلیظ اضافی : یک دوم پیمانه

- طرز تهیه:

شکلات تخته ای را رنده می کنیم خامه را در قابلمه ای ریخته حرارت می دهیم اما نمی گذاریم به جوش آید کم کم به شکلات رنده شده اضافه می کنیم و هم می زنیم تا مخلوط صاف و یکدست شود سفیده های تخم مرغ را با همزن برقی می زنیم تا پف کند و لطیف شود پودر قند را به تدریج اضافه می کنیم و پس از هر بار به خوبی هم می زنیم سپس به مخلوط شکلات و خاه اضافه می کنیم خامه اضافی را هم می زنیم تا نرم و لطیف شود

سپس آنرا هم به بقیه مواد اضافه می کنیم شکلات بدست آمده را در جامهای دلخواه می ریزیم و چند ساعت در یخچال نگه میداریم تا آماده شود .

منبع : ایران مانیا

<http://vista.ir/?view=article&id=82872>



شکلات داغ و خامه

- مواد لازم برای ۴ نفر
 - یک سوم فنجان پودر کاکائو تلخ
 - سه چهارم فنجان شکر
 - کمی نمک
 - یک سوم فنجان آب جوش
 - سه و نیم فنجان شیر
 - سه چهارم قاشق چای خوری وانیل
 - نصف فنجان خامه
- زمان تهیه: ۷ دقیقه
- طرز تهیه

کاکائو، شکر و نمک را در قابلمه ریخته و آب جوش را به آن اضافه کنید و مرتب هم بزنید تا به جوش آید. سپس آن را به مدت دو دقیقه دم کنید.



حال شیر را به آن اضافه کرده و قابلمه را روی حرارت قرار دهید تا گرم شود، ولی به جوش نیاید.

سپس قابلمه را از روی حرارت برداشته و وانیل را به آن اضافه کنید.

نوشیدنی را در چهار فنجان ریخته و خامه را به آن بیفزایید.

هر نوشیدنی حاوی ۳۱۰ کالری، ۸/۶ گرم چربی، ۲۸ میلی گرم کلسترول، ۲۱۹ میلی گرم سدیم، ۵۳ گرم کربوهیدرات، ۲/۴ گرم فیبر رژیمی و ۹/۴ گرم پروتئین است.

فرشته علیزاده

منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=125265>

شکلات صبحانه

- مواد لازم
 - ۱۰۰ گرم کاکائو
 - پنج قاشق سوپ خوری خامه کم چرب
 - دو عدد تخم مرغ
 - ۵۰ گرم کره
 - ۷۰ گرم شکلات تخته ای
 - دو قاشق سوپ خوری شیر
 - پنج قاشق غذاخوری پودر قند
 - ۵۰ گرم فندق
- طرز تهیه

نیمی از کره را در ظرف مناسبی ریخته و روی حرارت ملایم قرار دهید تا به آرامی ذوب شود. سپس کاکائو را به آن اضافه کرده و صبر کنید تا به آرامی حل شود. سپس پودر قند و شیر را درون قابلمه اضافه کنید و صبر کنید تا مواد کاملاً حل شود. سپس مواد درون قابلمه را درون مخلوط کن بریزید و در حالی که مواد کاملاً مخلوط می شوند زرده تخم مرغ ها را جدا کرده و درون مخلوط کن بریزید.

شکلات تخته ای را با روش بخار ذوب کنید و به مواد درون مخلوط کن اضافه کنید. فندق ها را با دست ریز کرده و به آن اضافه کنید. مخلوط را در ظرف مناسبی ریخته و برای چند ساعت در یخچال قرار دهید تا خودش را بگیرد.



این شکلات را همراه با نان تست یا نان مورد علاقه تان به عنوان صبحانه میل کنید.

[فرشته علیزاده]

منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=122912>



شکلات مقوی

- مواد لازم
 - ۲۲۰ گرم شکلات تلخ یا شیرین
 - نصف فنجان خامه پرچرب
 - یک قاشق وانیل
 - یک تکه چوب دارچین
 - یک قاشق مرباخوری عصاره بادام
 - کمی گردو و بادام خرد شده
 - یک قاشق غذاخوری پودر کاکائو
- طرز تهیه



خامه را در یک ماهیتابه کوچک ریخته و روی حرارت ملایم اجاق گاز قرار دهید و برای چند دقیقه هم بزنید. وانیل را به آن افزوده و هم بزنید. شکلات را در یک ظرف دیگر ریخته و کمی آن را حرارت دهید، خامه را به آن افزوده و هم بزنید. پس از این که مواد بخوبی مخلوط شد آن را به مدت دو ساعت در یخچال قرار دهید. سپس گردو، بادام، پودر کاکائو، عصاره بادام و دارچین آسیاب شده را به آن اضافه کرده و هم بزنید. سپس آن را در قالب ریخته و به مدت سه ساعت در یخچال قرار داده و میل کنید.

منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=131048>

 **vista.ir**
Online Classified Service

شله زرد

برنج را در قابلمه شسته و آب را اضافه کرده، آب باید ۵ برابر حد معمول برای کته باشد و می گذاریم تا بجوشد در حدی که برنج له شود و لعاب ببندازد. شکر و زعفران و گلاب را با ۱ لیوان آب مخلوط کرده و اضافه می کنیم و می گذاریم بجوشد تا جا بیفتد بعد شیرینی آن را تست می کنیم. اگر احتیاج داشت باز شکر اضافه کنید روغن در صورت تمایل اضافه می کنیم و می گذاریم چند جوش بزند و بعد آن را داخل ظرف کشیده و بعد از سرد شدن روی آن را تزئین می کنیم.

نوع مقدار



برنج ۱ کیلو

شکر ۵/۱ لیوان

زعفران حل شده ۲ قاشق غذاخوری

گلاب ۱ استکان

آب به میزان لازم

دارچین، خلال پسته و بادام برای تزئین

منبع : شبکه جهانی جام جم

<http://vista.ir/?view=article&id=5895>



شله زرد

شرح حال این غذا:

مواد لازم:

برنج ۵۰۰ گرم

شکر یک کیلوگرم

روغن نصف پیمانه

زعفران سائیده نصف قاشق چایخوری

گلاب نصف پیمانه

خلال بادام ۱۰۰ گرم

خلال پسته ۵۰ گرم

دارچین یک قاشق سوپخوری

دستور تهیه: برنج را چندین بار شسته تا آب آن کاملاً زلال شود. سپس آن را با ۶ برابر آب روی حرارت قرار می‌دهیم تا جوش بیاید. هر از چند گاه، کف برنج را می‌گیریم. وقتی مغز برنج کاملاً نرم شد شکر را اضافه می‌کنیم و مرتب آن را بهم می‌زنیم تا شله زرد کاملاً جا بیفتد. زعفران را در کمی آب جوش حل کرده و به شله زرد اضافه می‌کنیم. سپس روغن را داغ کرده و به آن اضافه می‌کنیم، آنگاه کمی از بادام را کنار گذاشته و ما بقی بادام را همراه با گلاب داخل شله زرد می‌ریزیم و کاملاً آن را بهم می‌زنیم تا تمام مواد با هم مخلوط شوند، سپس در ظرف را می‌گذاریم تا شله زرد آماده شده و جا بیفتد. در صورت استفاده از فر، آن را نیم ساعت در کف فر با حرارت ملایم قرار می‌دهیم. پس از آماده شدن روی آن را با دارچین،

خلال بادام و خلال پسته تزئین می‌کنیم.

منبع : روجین سایت مازندران

<http://vista.ir/?view=article&id=7878>

 **vista.ir**
Online Classified Service

شله زرد

سال هاست آش شله زرد يك دسر ایرانی در ماه مبارك رمضان به شمار می رود. غذایی که خیلی زود آماده می شود و به مواد اولیه چندانی نیاز ندارد.

مواد لازم: ۲۵۰ گرم برنج، ۵۰۰ گرم شکر، يك قاشق مرباخوری زعفران ساییده، يك فنجان گلاب، يك قاشق چایخوری نمک، ۵۰ گرم خلال بادام و کمی هم پودر پسته و دارچین.

شیوه پخت: برنج را شب قبل خوب بشوید تا آب آخرین بار آن کاملاً صاف و زلال باشد و با يك لیوان گلاب و چهار، پنج لیوان آب بگذارید خیس بخورد. ۹ لیوان آب را در قابلمه متوسطی ریخته و بگذارید جوش بیاید، بعد برنج را اضافه کرده و آن را هم بزنید تا بجوشد. کف روی آن را با کفگیر بردارید و مرتب برنج را به هم بزنید تا ته نگیرد. شعله را ملایم کنید تا برنج بپزد. شکر

را در این مرحله اضافه کنید. خلال بادام را شسته، يك ساعت در گلاب خیس کرده و به شله زرد بیفزایید. چون شله زرد معمولاً زود ته می گیرد، بعد از اضافه کردن شکر باید مرتب هم بزنید که این مشکل پیش نیاید. اگر احساس کردید شله زرد شما کمی سفت شده، می توانید کمی آب جوش به آن اضافه کنید و یا برای این که شله زرد شما آب نیندازد، بهتر است روی حرارت ملایم اجاق، شعله پخش کن قرار دهید و بگذارید يك ساعت دیگر بعد از جا افتادن روی حرارت باقی بماند تا آب اضافه آن تبخیر شود، یا آن که در ظرف نسوز کشیده و در فر قرار دهید.



شله زرد آماده شده را در ظرف بزرگی کشیده و بعد از ۱۰ دقیقه سطح آن را با پودر پسته و دارچین تزیین کنید و بگذارید خنک شود.

منبع : روزنامه جوان

<http://vista.ir/?view=article&id=74623>



شورخوما، شیرینی زمستانی(هندي)

• مواد لازم:

▪ شیر مایع= ۱ لیتر

▪ کره= ۱۰۰ گرم

▪ بلالیت= ۱ پاکت

▪ مغز پسته= نصف لیوان (خرد شده)

▪ شکر= نصف لیوان

▪ وانیل= کمی

• طرز تهیه:

۱) بلالیت ها را در قابلمه می ریزیم و با قاشق آن را خرد می کنیم و سپس با کره آن را کمی تفت می دهیم تا رنگ آن کمی تغییر کند. (مواظب باشید بلالیت ها نسوزد)



۲) شیر را می جوشانیم و شکر را به آن اضافه می کنیم و هم می ریزیم تا شکر در شیر حل شود.

۳) بلالیت و مغز پسته خرد شده را به همراه وانیل به شیر اضافه می کنیم.

۴) مواد را بر روی اجاق گاز با شعله ملایم می گذاریم تا کمی بجوشد و غلیظ شود (باید غلظت شیرینی مثل ماست باشد)

۵) شیرینی را بصورت گرم میل می کنیم.

منبع : آشپزآنلاین

<http://vista.ir/?view=article&id=117362>

شیر برنج

- مواد لازم
 - برنج ۱ فنجان
 - شیر ۵/۱ کیلو
 - گلاب نصف فنجان
 - نمک نصف قاشق چایخوری
 - در صورت تمایل ۵۰ گرم خامه
 - پودر پسته برای تزئین ۱ قاشق سوپخوری
- طرز تهیه



برنج را خوب شسته و بگذارید ۲ ساعت خیس بخورد ، تا برنج خوب پخته ولعاب بهتری بدهد . سپس آب برنج را از صافی رد کرده و با ۲ لیوان آب و نمک روی شعله ملایم کمی بجزید . شیر را اضافه کرده و بعد گلاب را هم بریزید تا شیربرنج پخته و کاملاً لعابدار شود . در این مرحله می‌توانید ۵۰ گرم خامه به شیر برنج اضافه کنید و آن را در ظرف موردنظر کشیده و بعد از ۲ - ۳ دقیقه روی آن را با پودر پسته تزئین کنید .
برای سرو آن می‌توانید از عسل ، مربا یا شیره انگور هم استفاده کنید .

منبع : سازمان آموزش و پرورش استان خراسان

<http://vista.ir/?view=article&id=102297>

شیرمال ترکی

•مواد لازم:

•آرد :: ۵-۶ فنجان

•روغن :: دو سوم فنجان

•زرده تخم مرغ :: ۲ عدد

•شیر :: يك فنجان

•شکر :: دو سوم فنجان

•مایع خمیر :: يك قاشق سوپخوری

•نمک :: يك قاشق چایخوری

•آب ولرم :: به مقدار کافی

•زنجبیل :: در صورت تمایل يك قاشق چایخوری برای تزئین روی نان

•کنجد :: يك سوم فنجان

•کره و شیر :: کمی

•طرز تهیه:

مایع خمیر و يك قاشق مرباخوری از شکر را در شیر گرم حل کرده و می گذاریم تا کاملاً پف کند. آرد را در ظرف بزرگی ریخته، روغن، شکر، زرده تخم مرغ و در صورت تمایل زنجبیل را هم به افزوده و آب را به تدریج به آن اضافه کرده و مخلوط را خوب به هم می زنیم، که خمیر به دست آمده نرم باشد. ۵ یا ۶ دقیقه خمیر را خوب ورز داده و آن را به ۴ یا ۶ قسمت مساوی تقسیم و گلوله، گلوله می کنیم. روی خمیر را می پوشانیم، تا جا بیفتد. سپس سینی فر را کمی چرب کرده و با وردنه هر يك از گلوله ها را به قطر يك و نیم سانتی متر پهن و به شکل بیضی در می آوریم. آن را در سینی فر قرار داده و با قالب گرد روی خمیر را نقش می دهیم. کنجد و زرده تخم مرغ را با يك قاشق مرباخوری مخلوط کرده و روی خمیر می مالیم. سینی را در وسط فر با حرارت ۲۵۰ درجه گذاشته، تا نان پخته و طلایی شود. سپس سینی را از فر خارج کرده، نان را بگذارید کمی سرد

شود، بعد روی آن کمی شیرمی پاشیم و کره می مالیم، که نان براق و نرم شود. نان ها را دو به دو از پشت به هم می چسبانیم و در داخل نایلون می گذاریم، تا خشك نشوند. این نوع نان بیشتر در استان خراسان متداول است.

<http://vista.ir/?view=article&id=72741>



شیرین بادامی با طعم شکلات

یکی از بهترین و خوشمزه ترین و البته ساده ترین شیرینی هایی که می توانید در منزل تهیه کنید و در ایام عید، مقابل مهمان بگذارید، شیرینی بادامی است که البته در صورت تمایل می توانید آن را با طعم شکلات هم تهیه کنید.

• مواد لازم:

- شکر: دو سوم پیمانه
- آرد سفید: ۲۰ تا ۳۰ گرم
- پودر شکر: نصف پیمانه
- پودر بادام، ۲۰۰ گرم
- تخم مرغ: دو عدد
- کره: به میزان لازم
- نمک: به میزان لازم
- پودر کاکائو در صورت تمایل: ۸۰ تا ۱۰۰ گرم

• طرز تهیه:

ابتدا سینی فر را چرب کرده و روی آن کاغذ روغنی مخصوص شیرینی پزی بگذارید، سپس پودر بادام، کاکائو، شکر، نمک و آرد را باهم مخلوط کنید... پس از آن تخم مرغ را شکسته و به این مواد اضافه کنید، مواد طوری باید مخلوط شود تا مانند خمیر، نرم و چسبناک شود... آن گاه خمیر تهیه شده را



به حالت گرد در آورده و در ظرفی گذاشته و در یخچال بگذارید تا مدت يك ساعت بماند.
سپس فر را گرم کنید، معمولا درجه باید روی ۳۵۰ درجه فارنهایت باشد. در مرحله بعد مایع را از یخچال خارج کنید، کمی پودر شکر روی ظرف بریزید و آن گاه مایع‌های گرد شده را که نادقایی دیگر به شیرینی تبدیل می‌شود را با فاصله روی ظرف بگذارید و سینی را به مدت ۱۵ دقیقه در فر قرار دهید. پس از این مدت سینی را از فر خارج کنید و اجازه بدهید تا شیرینی پخته شده‌خنگ شود. در این هنگام با کاردک آنها را جدا کنید. در آخر می‌توانید با استفاده از پودر نارگیل یا پودر شکر آن را تزئین کنید.

منبع : خانواده سبز

<http://vista.ir/?view=article&id=77091>



شیرینی اسکاتلندی

- مواد لازم:
- کره ی پاستوریزه ۱۵۰ گرم
- پودر قند ۱۵۰ گرم
- تخم مرغ ۱ عدد
- آرد سفید گندم ۱۲۵ گرم
- نمک یک هشتم قاشق چای خوری
- دارچین ۱ قاشق چای خوری
- خلال بادام خرد شده ۱ پیمانه سرخالی
- روش تهیه

کره و پودر قند را با هم مخلوط کرده و با همزن برقی می‌زنیم تا یکدست شود. سپس زرده تخم مرغ را اضافه می‌کنیم. بعد با همزن مواد را با یکدیگر



خوب مخلوط می کنیم. آرد و نمک و دارچین را (البته آرد باید قبلا الک شده باشد) به مخلوط اضافه می کنیم. سپس سینی شیرینی پزی به ابعاد (۳۰×۴۰) را کمی چرب کرده و خمیر را داخل سینی پهن کرده و سطح آن را صاف می کنیم. سفیده ی تخم مرغ را با چنگال می زنیم و با قلم مو روی خمیر می مالیم. خلال بادام را روی خمیر پاشیده و با پشت قاشق روی آن را کمی فشار داده تا خلال ها به خمیر بچسبند. سپس سینی را در طبقه ی وسط فری که از قبل با حرارت ۱۸۰ درجه ی سانتی گراد گرم شده به مدت ۳۰-۴۰ دقیقه قرار می دهیم. به محض خارج نمودن از فر، خمیر را به صورت دلخواه برش می دهیم.

منبع : تبیان

<http://vista.ir/?view=article&id=104448>

 **vista.ir**
Online Classified Service

شیرینی الفبا

- مواد لازم برای ۳۰ حرف:
- ۲۵۰ گرم آرد،
- یک عدد تخم مرغ،
- ۱۰۰ گرم شکر،
- یک قاشق چایخوری وانیل،
- ۱۰۰ گرم کره،
- ۲۰۰ گرم پودر قند،
- سه قاشق غذاخوری آب لیموی ترش،
- ۱۰۰ تکه کوچک کمپوت از میوه های مختلف (ژله سفت).
- شیوه پخت:



آرد را روی یک سطح صاف الک می کنیم و آن گاه تخم مرغ و شکر و وانیل و کره را مخلوط کرده و ورز می دهیم تا یک خمیر شل به دست آید و

سپس آن را در یک کاغذ آلومینیومی (فویل) می پیچیم و دو ساعت در یخچال می گذاریم. حال فر را تا ۲۰۰ درجه گرم می کنیم. اکنون از خمیر پشت سر هم ۳۰ تکه برمی داریم و تکه ها را روی یک سطح آردپاشی شده به صورت رشته هایی به قطر یک سانتی متر لوله می کنیم سپس هر یک از لوله ها را به شکل حروف الفبا در می آوریم و روی هر کدام کمی فشار می دهیم تا کمی پهن شود.

این حروف را در طبقه وسط فر، ۱۰ تا ۱۵ دقیقه می پزیم و آنگاه پودر قند الک کرده نرم را با آب لیموی ترش مخلوط می کنیم تا یک روکش غلیظ کش دار تهیه شود. سپس این مایع را در حالی که حروف هنوز گرم هستند روی آنها می مالیم و پیش از آن که روکش سرد شود کمپوت های رنگین را که قبلا در تکه های کوچک آماده کرده ایم روی آنها می گذاریم و تزیین می کنیم.

▪ نکته های شیرین:

(۱) به جای کمپوت های رنگین می توانیم از تکه های ژله سفید سفت شده استفاده کنیم.

(۲) هر عدد حرف خورده شده در حدود ۱۱۵ کالری انرژی دارد.

(۳) کودکان از این نوع شیرینی بسیار استقبال می کنند.

منبع : روزنامه جوان

<http://vista.ir/?view=article&id=130604>

 **vista.ir**
Online Classified Service

شیرینی با پنیر خامه ای

• مواد لازم :

- کره ی پاستوریزه نصف پیمانه (۷۵ گرم)
- پنیر خامه ای پاستوریزه نصف پیمانه (۷۵ گرم)
- آب لیمو ۱ قاشق سوپ خوری
- آرد سفید گندم حدود ۲ پیمانه (۲۰۰ گرم)





- زرده ی تخم مرغ ۳ عدد
- مواد لازم برای میان شیرینی :
- شکر ۵ قاشق سوپ خوری
- دارچین ۱ قاشق سوپ خوری
- گردوی پودر شده ۱ پیمانه (۱۰۰ گرم)
- شکر (برای تزیین روی شیرینی) ۱ قاشق غذاخوری
- زرده ی تخم مرغ ۱ عدد
- زعفران حل شده نصف قاشق چای خوری
- روش تهیه :

- کره و پنیر خامه ای را با همزن بزنید تا حالت کرمی پیدا کند.
- آب لیمو و ۳ عدد زرده ی تخم مرغ را به آن بیفزایید.
- آرد را الک کنید و آن را کم کم به مواد قبلی اضافه کنید و با هم مخلوط نمایید تا خمیر نرمی درست شود (اگر آرد بیشتری لازم بود، اضافه کنید).
- خمیر را در ظرفی قرار دهید و روی آن را بپوشانید و به مدت ۳۰ دقیقه استراحت دهید.
- برای تهیه مواد داخل شیرینی شکر ، دارچین و گردوی پودر شده را با هم مخلوط کنید.
- خمیر را روی سطح صافی که آرد پاشیده اید، به ضخامت نیم سانت به شکل دایره باز کنید و از مواد میان شیرینی که از - قبل با هم مخلوط نموده اید، روی سطح خمیر بریزید و پخش کنید.
- خمیر را به صورت مثلثی برش دهید.
- سپس از قسمت پهن انتهای، خمیر را به صورت سه گوش ببندید.
- خمیرهای آماده را داخل سینی فر چرب شده قرار دهید.
- مخلوط زرده ی تخم مرغ و زعفران را روی شیرینی ها بمالید و مقداری شکر روی آن ها بپاشید.
- شیرینی ها را در فری که از قبل با حرارت ۱۷۵ درجه ی سانتی گراد گرم شده، به مدت ۲۰ دقیقه قرار دهید تا به رنگ طلایی روشن درآید و پخته شود.

منبع : ترانه ها

<http://vista.ir/?view=article&id=97535>

شیرینی بادامی

مواد لازم:

سه عدد سفیده تخم مرغ

۱۷۵ گرم پودر قند

۲۲۵ گرم بادام پرک یا خلال بادام

چند قطره اسانس بادام (در صورت تمایل)

۵۰ گرم شکلات ساده ذوب شده

سفیده تخم مرغ ها را با همزن برقی می‌زنیم تا سفت و سفید شوند سپس در حالی که به هم زدن ادامه می‌دهیم پودر قند را به تدریج اضافه می‌کنیم تا مایه غلیظ و براق شود. بادام ها و اسانس بادام را اضافه کرده مخلوط می‌کنیم. توده های کوچکی از مایه را با قاشق بر روی سینی فر که آن را با کاغذ روغنی پوشانده ایم قرار می‌دهیم شیرینی‌ها را به مدت ۳۵ دقیقه در فر می‌پزیم سپس از فر خارج کرده پس از سرد شدن از سینی جدا می‌کنیم، شکلات ذوب



شده را در يك قیف خامه با سر گرد باریک ریخته و شیرینی‌ها را با خطوط شکلاتی تزئین می‌کنیم.

منبع : روزنامه شرق

<http://vista.ir/?view=article&id=10851>

شیرینی بهشتی

- مواد لازم:

- آرد ۵۰۰ گرم
- روغن ۲۵۰ گرم
- پودر قند ۲۵۰ گرم
- وانیل نصف قاشق چایخوری
- زنجبیل یک قاشق غذاخوری
- کاکائو یک قاشق غذاخوری

- طرز تهیه:

ابتدا پودر قند و روغن و وانیل را مخلوط کرده و با همزن به مدت سه دقیقه می‌زنیم تا نرم و لطیف شود و آرد را کم کم به آن اضافه کرده و خوب ورز می‌دهیم. سپس خمیر را به سه قسمت تقسیم کرده، یک قسمت برای

شیرینی ساده، یک قسمت را کاکائو اضافه کرده و قسمت آخر را زنجبیل اضافه می‌کنیم. سینی فر را کاغذ روغنی گذاشته و از خمیرها گلوله‌های کوچکی درست کرده و با فاصله در سینی فر می‌چینیم. برای تزئین روی شیرینی‌ها از خلال بادام و پسته و کاکائو استفاده کنید. سینی را در فر با حرارت ۱۷۰ درجه سانتی‌گراد به مدت ۱۵ الی ۲۰ دقیقه بگذارید.

این شیرینی خشک را مدت طولانی در ظرف‌های دربسته می‌توانید نگه‌دارید.



منبع: شیندخت

<http://vista.ir/?view=article&id=97883>

شیرینی پفکی شکلاتی

- مواد مورد نیاز:
 - سفیده تخم مرغ: ۳ عدد؛
 - پودر شکر: ۱۲۰ گرم؛
 - پودر نارگیل: ۲۷۰ گرم؛
 - شکلات دانه ای: ۱۹۰ گرم؛
- طرز تهیه:

سفیده تخم مرغ را می زنیم تا سفت شود بعد بتدریج پودر شکر را به آن افزوده، در ۲ مرحله این کار را انجام می دهیم. سپس پودر نارگیل را به آن اضافه می کنیم و در آخر شکلات دانه ای را به موادمات اضافه می کنیم (در زمان افزودن شکلات های دانه ای از همزن استفاده نمی کنیم) سپس دستانمان را با آب مرطوب کرده و از مواد با یک قاشق چایخوری برداشته و در دستمان گرد می کنیم و در سینی فر با فاصله های ۲ سانتی قرار می دهیم و در طبقه وسط فر با دمای ۱۸۰ درجه سانتی گراد به مدت ۳۰ دقیقه قرار می دهیم.



بعد از پخت شیرینی آن را از فر خارج کرده و بعد از آنکه کمی خنک شد آن را جا به جا می کنیم و در ظرف در بسته نگهداری می کنیم.

منبع : خانواده سبز

<http://vista.ir/?view=article&id=101314>

شیرینی توت فرنگی به شکل ماهی



- مواد لازم
- توت فرنگی ۵۰۰ گرم
- لیمو ترش ۱ عدد
- یک عدد تخم مرغ کامل + یک عدد زرده تخم مرغ
- آرد ۲۵۰ گرم
- کره نرم شده ۱۵۰ گرم
- شکر ۱۲۵ گرم،
- بکینگ پودر نصف قاشق چایخوری
- ژله توت فرنگی ۱۰۰ گرم
- وانیل ۱۴ قاشق چایخوری

▪ روغن ۲ قاشق سوپخوری

▪ نقل سفید

▪ کمی نمک

• طرز تهیه

پوست لیمو را به نرمی رنده کرده و به همراه آرد در ظرفی بریزید. وانیل، شکر، نمک و بکینگ پودر را با هم مخلوط کرده و به ظرف مورد نظر اضافه کنید. وسط مواد را کمی گود کنید، کره را چند قسمت کرده و در وسط آنها قرار دهید و سپس آنها را با نوک انگشتان خود آرام ورز داده تا خمیر مواد کاملاً با هم مخلوط شوند پس از آن تخم مرغ و زرده تخم مرغ را اضافه نمایید و ورز داده تا خمیر به دستتان نچسبد. سپس آنها را بمدت یک ساعت درون کیسه‌ای در یخچال قرار دهید. فر را از قبل تا دمای 210°C گرم کنید. روی میز را آرد پاشیده خمیر را به ضخامت نیم سانتی متر باز نمایید. سپس خمیر را با چاقو یا خمیربر به صورت ۶ عدد ماهی برش دهید. خمیر را در سینی چرب شده قرار دهید و آنها را بمدت ۱۲ دقیقه در فر بگذارید. توسط گریل سطح روی خمیرها را هم برشته کنید و بگذارید کاملاً سرد شود. سپس ژله‌ای را که کمی خود را گرفته و از حالت مایع کامل درآمده روی ماهی‌ها بمالید. توت فرنگی‌ها را از طول برش داده بر روی ماهی‌ها قرار دهید و باقیمانده ژله را روی آن بریزید و در یخچال قرار دهید تا ژله‌ها بسته شود سپس با نقل سفید روی آن را تزئین نمایید.

منبع : سوره مهر

<http://vista.ir/?view=article&id=92204>

شیرینی خانگی

- مواد لازم:
- آرد: ۴ استکان
- روغن: یک لیوان سرخالی
- شکر: یکدوم لیوان
- وانیل: یکچهارم قاشق چایخوری
- بیکینگ پودر: یک قاشق مرباخوری
- تخم مرغ: ۴ عدد
- شکر: یک لیوان
- آب: یک لیوان



▪ عرق بهار نارنج: یکدوم لیوان

▪ پودر پسته: کمی برای تزیین.

• طرز تهیه:

تخم مرغ و وانیل و شکر را ۸ دقیقه با همزن دستی می‌زنیم بعد کم روغن را اضافه کرده و مرتب به هم می‌زنیم. سپس مخلوط کرده و کم کم به مایه اضافه می‌کنیم و خیلی کم در حد مخلوط شدن بصورت دورانی به هم می‌زنیم تا پف کند بعد مایه را داخل ظرفی که آن را چرب کرده‌ایم می‌ریزیم و روی آن را صاف می‌کنیم و آن را در فر گذاشته تا به مدت یک ربع با حرارت ۱۶۰ سانتیگراد می‌پزیم. برای تهیه شربت یک لیوان شکر و یکدوم لیوان عرق بهار نارنج و یک لیوان آب را روی گاز می‌گذاریم تا جوش بیاید. پس از آن که کیک پخته شد تا زمانی که هنوز گرم می‌باشد آن را بریده و شربت را به فاصله ۳ تا ۴ ساعت بعد از بار اول می‌ریزیم تا خمیر نشود و سپس روی آن را با پودر پسته تزیین می‌کنیم. عکس بالا

منبع : روزنامه تهران امروز

شیرینی خرمايي

توصيه مي‌كنيم هنگام افطار كمتر از اين پيش غذا استفاده كنيد و هنگام

سحري بيشتر!؛ شيريني خرمايي

• مواد لازم براي ۴ - ۶ نفر:

▪ خرما ۱۰۰ گرم

▪ مغز گردو ۷۵ گرم

▪ مغز بادام ۳۰ گرم

▪ آرد نخودچي ۲ قاشق غذاخوري

▪ گلاب ۱ قاشق غذاخوري

▪ پودر دارچين ۱ قاشق چايخوري

▪ زعفران آب شده ۱ قاشق چايخوري



▪ پودر هل ۲/۱ قاشق چايخوري

▪ پودر نارگيل به مقدار لازم

• طرز تهيه:

(۱) پوست و هسته خرما را بگيريد، خرما را با چنگال له كنيد و كنار بگذاريد. پوست نازك مغز گردو و بادام را نيز طبق روشي كه قبل از اين قسمت گفته شده است بگيريد و همراه با دارچين و هل آسياب كنيد. مخلوط مغزها را با آرد نخودچي مخلوط كنيد و چند دقيقه ورز دهيد تا مواد كاملا به خورد هم بروند.

(۲) گلاب و زعفران را اضافه كنيد و چند دقيقه ديگر مواد را ورز دهيد. روي مواد را بپوشانيد و بگذاريد به مدت ۱۰ دقيقه در دماي محيط بمانند تا كاملا منسجم شوند.

۳) بعد از ۱۰ دقیقه خرمای له شده را به مواد اضافه کنید و مواد را تا حدی ورز دهید که خمیر سفت و یکدستی به دست آید. به اندازه یک گردوی متوسط از مایه بردارید و به شکل دلخواه فرم دهید و در ظرف سرو بچینید. می‌توانید دو مغزی‌ها را به اشکال مختلفی فرم دهید یا با قالب‌های مختلف قالب بزنید.

۴) پودر نارگیل را در ظرف تخت و لبه داری بریزید و نیمی از دومغزی‌ها را در پودر نارگیل بغلطانید و نیم دیگر را بدون پودر نارگیل در ظرف سرو بچینید. ماندگاری دو مغزی خرما نسبت به انواع مشابه دیگر کمی بالاتر است و اگر در ظرف درب‌دار محکم در یخچال نگهداری شوند تا دو هفته تازگی و نرمی خود را حفظ خواهند کرد.

▪ نکته:

۱) گرفتن پوست نازک روی گردو و بادام به این دلیل است که دو مغزی در نهایت به تلخی نزد و رنگ آن نیز خیلی تیره نشود. می‌توانید همراه مواد ذکر شده از ۱ قاشق غذاخوری کنجد نیز استفاده کنید.

۲) بعد از آماده کردن دو مغزی‌ها می‌توانید علاوه بر پودر نارگیل، برای ایجاد تنوع در طعم و ظاهر کار، از پودر پسته، شکلات تخته‌ای رنده شده یا محصولات مشابه نیز استفاده کنید و دو مغزی‌ها را با رنگ‌ها و طعم‌های گوناگون تهیه و سرو کنید. دو مغزی خرما بسیار مغذی و مفید است و همچنین بسیار نیز سنگین است. توصیه می‌کنیم هنگام افطار کمتر از این پیش غذا استفاده کنید و هنگام سحری بیشتر!

منبع : همشهری آنلاین

<http://vista.ir/?view=article&id=116936>

 **vista.ir**
Online Classified Service

شیرینی خرمایی

- مواد لازم (برای شش نفر)
- ۱۰۰ گرم کره
- یک فنجان شکر
- یک عدد تخم مرغ



- یک قاشق چایخوری وانیل
- یک فنجان آرد
- یک فنجان خرماي خرد شده



▪ نصف فنجان گردوی خرد شده (به دلخواه)

▪ زمان لازم: ۴۵ دقیقه

• طرز تهیه

فر را از قبل با درجه حرارت ۳۵۰ درجه فارنهایت (حدود ۱۷۶ درجه سانتیگراد) روشن کنید. سپس شکر و خامه را با هم مخلوط کنید، سپس تخم مرغ زده شده و وانیل را به آن بیفزائید. آرد را به آن افزوده و خوب مخلوط کنید. خرما و گردو را نیز به آنها اضافه کنید. شیرینی را در سینی چرب شده قرار داده و به مدت ۲۰ الی ۲۵ دقیقه در فر قرار دهید. پس از سرد شدن آن را با چاقو برش بزنید.

[فرشته علیزاده]

منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=118648>

 **vista.ir**
Online Classified Service

شیرینی خشک دو رنگ

- مواد لازم:
- شکر ۱۵۰ گرم
- کره ۳۰۰ گرم
- تخم مرغ ۱ عدد
- وانیل یک چهارم قاشق چایخوری



• آرد ۴۵۰ گرم

• طرز تهیه:

شکر- کره- تخم مرغ و وانیل را در حد مخلوط شدن با همزن بزنید. بعد آرد را کم کم اضافه کنید. و با دست خوب ورز دهید. بعد خمیر را در کیسه نایلونی بگذارید و مدت ۳۰ دقیقه در یخچال بماند. برای اینکه دو رنگ خمیر داشته باشید ۳ قاشق غذا خوری از آرد را کم کرده و ۲ قاشق غذاخوری پودر کاکائو اضافه کنید. (برای دورنگ خمیر یکی ساده



و یکی کاکائویی مواد را نصف میکنید)

خمیر را کمی ورز می دهید بعد گلوله ای از خمیر بر میدارید و با وردنه به قطر ۳ میلی متر باز میکنید . همینطور خمیر کاکائویی را هم باز میکنید و روی خمیر ساده میگذارید (خمیر ها را با کارد بصورت مربع میرید که مرتب باشه و خمیر کاکائویی یک سانت کوچکتر از خمیر ساده باشه) بعد خمیر را با دقت رول میکنید و یک ساعت در یخچال میگذارید تا خودش رو بگیره سپس با چاقوی تیز برش میزنید. خمیر های اضافی را هم میتوانید بصورت رول های باریک درست کنید و دورنگ متضاد را کنار هم بگذارید و دو رول هم روی آنها قرار بدهید و بعد برش بزنید (باید قبل از برش زدن در یخچال بگذارید) بعد از برش خمیر آن را در سینی فر قرار داده و به مدت ۲۰ دقیقه با حرارت ۱۷۰ درجه سانتیگراد بپزید. (فر را قبلن باید گرم کنید)

منبع : ترانه ها

<http://vista.ir/?view=article&id=96451>

 **vista.ir**
Online Classified Service

شیرینی زبان با خمیر هزارلا

مواد لازم برای تهیه خمیر کره ای یا هزارلا :

آرد کاملا سفید ۳۰۰ گرم





کره ۱۵۰ گرم

تخم مرغ يك عدد

روغن مایع يك قاشق سوپخوری

جوهرلیمو يك دوم قاشق چایخوری

وانیل يك دوم قاشق چایخوری

نمك يك قاشق چایخوری

آب خنك يك فنجان

طرز تهیه خمیر هزارلا :

در کاسه بزرگی آرد را بریزید. وسط آن را گود کرده و در ظرف دیگری تخم مرغ، روغن مایع، جوهرلیمو، آب و نمک را مخلوط کنید و آن را به آرد اضافه کنید تا خمیر صاف يك دستى به عمل بیاید. خمیر را يك ساعت بگذارید، بماند تا جا بیفتد. روی سطح مسطحی آرد پاشیده، خمیر را به قطر ۲ سانتی متر به شکل مربع پهن کرده و کره را در وسط خمیر جای دهید و چهارگوش خمیر را روی کره بکشید و با وردنه آرام آرام روی خمیر ضرباتی وارد کنید تا کره نرم شود. سپس خمیر را به ضخامت يك سانتی متر پهن کرده و آن را شش لا، تا بزنید و در جای خنك بگذارید و پس از ۳۰ دقیقه خمیر را مجدداً پهن کرده و به قطر يك سانتی متری باز کنید و این بار برعکس دفعه گذشته، عرض خمیر را طول خمیر قرار دهید و شش لا، تا بزنید و در جای خنکی بگذارید و باز بعد از ۳۰ دقیقه عمل دفعه گذشته را تکرار کنید و هر بار آرد اضافه روی خمیر را با برس کنار زده و ۶ بار خمیر را باز و بسته کنید و در دفعه آخر آن را به قطر يك سانتی متر پهن کنید. شیرینی هایی که می توانید با این خمیر تهیه کنید عبارتند از: ناپلئونی، پاپیونی، زبان، قیفی، خامه ای و ولوان.

یادآوری: ما می توانیم به جای کره از روغن مخصوص قنادی (روغن صاف) نیز استفاده نماییم. در ضمن تهیه این خمیر نیاز به تجربه دارد. لذا از خواهران و دختران عزیز خواهش می کنیم در تهیه این خمیر دقت کافی و کامل را رعایت کنند تا خمیر مورد علاقه خود را به دست آورند.

طرز تهیه شیرینی زبان :

خمیر هزارلا را به شکل مربع یا مستطیل به قطر ۵/۱ تا ۱ سانتی متر باز کرده و با قالب شیرینی زبان، خمیر را قالب می زنیم و با نوك كارد تیزی وسط خمیر را از طول برش ۲ سانتی می زنیم و سطح آنها را با شربت کارامل و تخم مرغ مخلوط شده (شربت کارامل: شکر را روی حرارت بخار آب ذوب کرده و تخم مرغ را به آن می افزاییم) تزئین می کنیم و در سینی فرمی چینیم و آن را در وسط پنجره فر روی درجه ۴۰۰ فارنهایت، مدت ۳۰ دقیقه قرار می دهیم تا شیرینی ها پف کرده و بپزند.

یادآوری: ۱- در صورتی که جوهرلیمو خمیر بیش از حد معین شده مصرف شود، شیرینی زبان کج خواهد شد. ۲- داغ بودن زیادی فر باعث سوخته شدن سطح شیرینی ها خواهد شد و مغز آنها نپخته خواهند ماند.

منبع : سایت گل پسر

شیرینی زمستانی

هندی‌ها همیشه به این معروف بوده‌اند که غذاها و شیرینی‌های خوش عطر و خوشمزه‌ای دارند. جالب است بدانید که اقوام برای فصل‌های مختلف شیرینی‌های مختلفی درست می‌کنند. امروز به شما طرز تهیه اشور خوما، شیرینی زمستانی هندی‌ها را آموزش می‌دهیم.

- مواد لازم:
- شیر مایع: یک لیتر
- کره: ۱۰۰ گرم
- بلالیت: یک پاکت



- مغز پسته: نصف لیوان (خرد شده)
- شکر: نصف لیوان
- وانیل: کمی
- طرز تهیه:

بلالیت‌ها را در قابلمه می‌ریزیم و با قاشق آن را خرد می‌کنیم و سپس با کره آن را کمی تفت می‌دهیم تا تغییر رنگ دهد مواظب باشید که آنها را نسوزانید شیر را می‌جوشانیم، شکر را به آن اضافه می‌کنیم و هم می‌زنیم تا شکر در شیر حل شود. بلا لیت و مغز پسته خرد شده را به همراه وانیل به شیر اضافه می‌کنیم مواد را روی اجاق گاز با شعله ملایم می‌گذاریم تا کمی بجوشد و غلیظ شود باید غلظت شیرینی مثل ماست باشد. این شیرینی را به صورت داغ میل کنید.

منبع : روزنامه تهران امروز

<http://vista.ir/?view=article&id=91007>

شیرینی شاه بلوط

- مواد لازم:
- بیسکویت: ۱۰ عدد؛
- کره: ۱ قاشق مرباخوری؛
- شیر: ۴/۱ لیوان؛
- مواد لازم برای روی شیرینی:
- شاه بلوط: ۱۰۰ گرم؛
- آب: ۱ لیوان؛
- عسل: ۱ قاشق غذاخوری؛
- پودر هل سبز: نوک قاشق چای خوری؛
- زعفران و گلاب: به میزان کافی.
- طرز تهیه:

بیسکویت ها را با دست خرد کنید و کمی شیر و کره به آن بیفزایید. سپس با پشت چنگال آنها را له کنید. بعد داخل قالب ها را با این مخلوط پُر کنید. شاه بلوط را بشویید و پوست آنها را با کارد بشکافید و لایه دوم آنها را با دقت جدا کنید. سپس شاه بلوط ها را ۱۰ دقیقه با یک لیوان آب در قابلمه بپزید تا نرم شوند.



فر را گرم کنید و ۱۰ دقیقه قالب های کیک را داخل فر بگذارید تا بپزند. بعد بگذارید تا سرد شوند. شاه بلوط ها را با مخلوط عسل، پودر هل سبز، زعفران و گلاب آغشته کنید و روی هر قالب یک شاه بلوط قرار دهید و با رنده



شکلات و کرم شانتی آنها را تزئین کنید. لازم است کرم شانتی را با نصف لیوان شیر سرد بزنید تا سفت شود.

▪ نکته:

Creme Chantilly: در اصل آمیزه ای است از «کرم فرش» Crome Fraiche، شکر و وانیل. اما امروزه در آشپزی و قنادی اروپایی این نام در مورد خامه سفت زده شده نیز استفاده می شود.

منبع : خانواده ما

<http://vista.ir/?view=article&id=101322>

 **vista.ir**
Online Classified Service

شیرینی شکری

- ۴ پیمانه آرد سفید الک شده
- نصف قاشق چایخوری نمک
- یک قاشق چایخوری بکینگ پودر
- ۲۲۵ گرم کره
- ۲ پیمانه شکر
- ۲ عدد تخم مرغ درشت
- مواد لازم برای تزئین:
- یک عدد سفیده تخم مرغ
- شکر دانه درشت



• رنگ غذایی پودری

۲ قاشق چایخوری آ بلیمو و کمی رنده پوست لیموترش یا نصف قاشق چایخوری وانیل، آرد، نمک و بکینگ پودر را مخلوط کنید.

کره و شکر را در ظرفی مخلوط کنید و با همزن برقی بزنید تا رنگ کره روشن شود سپس تخم مرغ را اضافه کنید و کمی هم بزنید تا مخلوط شوند.

مخلوط آرد را به مخلوط بالا بیفزایید و با سرعت کم همزن بزنید تا کاملاً مخلوط شوند. در آخر وانیل یا آب و پوست لیموترش را اضافه کنید و خمیر حاصل را در کیسه نایلونی ریخته ۳۰ دقیقه در یخچال بگذارید. فر را با درجه حرارت ۳۲۵ درجه فارنهایت یا ۱۷۰ درجه سانتی گراد روشن کنید. خمیر را بر روی سطح صافی که کمی آرد روی آن پاشیده اید باز کنید تا قطر آن به حدود ۳ تا ۴ میلیمتر برسد. سپس با قالب موردنظر خودتان و یا مانند تصویر با قالب قلب بزنید.

شیرینی های بریده شده و در قالب تخت یا سینی فر که قبلاً با یک قطعه کاغذ روغنی پوشانیده اید بچینید و ۱۵ دقیقه در یخچال قرار دهید تا کمی خود را بگیرد. سپس به مدت ۸ تا ۱۰ دقیقه در فر بپزید یا تا زمانی که لبه های شیرینی کمی طلایی شود. شیرینی ها را از فر خارج کرده و بر روی شبکه سیمی سرد کنید. برای تزیین شیرینی ها سفیده تخم مرغ را با چنگال کمی هم بزنید، سپس با یک قلم مو کمی سفیده تخم مرغ به لبه های هر یک از شیرینی ها بزنید. لبه های شیرینی را در شکر فرو ببرید تا مقداری شکر به لبه های شیرینی بچسبد. اگر مایل نیستید از تخم مرغ خام استفاده کنید می توانید آن را با شربت قند غلیظ نیز جایگزین کنید.

در صورت تمایل به رنگی کردن شکر، مقدار کمی از رنگ پودری غذایی را به شکر اضافه کنید و هم بزنید تا تمام دانه های شکر رنگ بگیرند و سپس به همان صورت از آن استفاده کنید.



منبع : روزنامه شرق

<http://vista.ir/?view=article&id=10845>

شیرینی عسلی

- مواد لازم:
 - آرد: ۳۰۰ گرم؛
 - پودر دارچین: نصف قاشق چایخوری؛
 - پوست رنده شده لیمو: نصف قاشق چایخوری؛
 - روغن زیتون بدون بو: ۸۰ میلی لیتر؛
 - آب انگور: ۱۶۰ میلی لیتر؛
 - روغن مایع برای سرخ کردن: به میزان لازم؛
 - عسل: ۱۲۵ میلی لیتر؛
 - آب: ۸۰ میلی لیتر؛
 - میخک: نصف قاشق چایخوری؛
 - چوب دارچین: ۱ عدد؛
 - پودر قند: به میزان لازم (در صورت تمایل).
 - طرز تهیه:
- آرد را در ظرفی بریزید و پودر دارچین را به آن اضافه کنید.
- پوست رنده شده لیمو، روغن زیتون و آب انگور را به آرد بیفزایید تا خمیر



صاف و یکدستی به دست آید.

خمیر را روی سطح آردپاشی شده ورز دهید و ۳۰ دقیقه در یک کیسه نایلونی، داخل یخچال استراحت دهید.

سپس خمیر را از یخچال در آورید و به ضخامت چند میلیمتر باز کنید. خمیر را با قالب چهارگوش ۳ سانتیمتری برش دهید و در روغن فراوان سرخ کنید.

بعد از سرخ شدن، روغن اضافه آن را با حوله کاغذی بگیرید.

عسل را با آب، میخک و چوب دارچین مخلوط کنید و روی حرارت قرار دهید تا ۲ دقیقه بجوشد. سپس مخلوط را از روی حرارت بردارید.

بعد از ۵ دقیقه تک تک شیرینی ها را داخل آن بیندازید و سپس در صافی قرار دهید. بعد شیرینی ها را در ظرف بچینید و در صورت تمایل روی آن پودر قند بپاشید.

▪ نکته:

شما می توانید به جای استفاده از آب انگور سیاه از نوع روشن آن استفاده کنید در این صورت شیرینی رنگ روشنتری پیدا خواهد کرد.

منبع : خانواده ما

<http://vista.ir/?view=article&id=101321>



شیرینی فانتزی دورنگ

شرح حال این غذا:

مواد لازم:

کره یا روغن جامد نصف پیمانه

وانیل ربع قاشق چایخوری

پودر قند نصف پیمانه

پودر شکر کمی

پودر کاکائو یک قاشق چایخوری

تخم مرغ یک عدد

آرد به مقدار کافی

دستور تهیه: کره را در ظرف ریخته و پودر قند را به آن اضافه می‌کنیم و مخلوط می‌کنیم احتیاجی به همزن برقی نیست ولی می‌توان از درجه یک

(کند) همزن استفاده کنیم. و بعد تخم مرغ را اضافه می کنیم و نوک انگشتان مخلوط می کنیم سپس کم کم آرد را اضافه کرده قبل از اینکه تمام آرد را اضافه کنیم مقداری از خمیر را با پودر کاکائو مخلوط کرده و سپس آرد را تا حدی اضافه می کنیم که به دست نجسید و بعد دست را با آرد آغشته کرده و ظرفی را که می خواهیم در فر قرار دهیم روغن زده و با خمیر گلوله های کوچک درست کرده و یک درمیان کرم و قهوه ای کنار هم گذاشته به شکل دایره ای در ظرف چیده و در فر با حرارت ۱۸۰ درجه می گذاریم.

منبع : روجین سایت مازندران

<http://vista.ir/?view=article&id=8031>



شیرینی فرانسوی

- مواد لازم:
- کره ۱۴۰ گرم
- شکر ۱۰۰ گرم
- آرد ۲۵۰ گرم
- تخم مرغ ۲ عدد
- وانیل یک چهارم قاشق چای خوری
- نمک یک چهارم قاشق چای خوری
- بادام خرد شده ۵۰ گرم
- پسته خرد شده ۵۰ گرم



• طرز تهیه:

کره و شکر را مخلوط کرده با همزن می زنیم تا به صورت مایه کرم رنگی در بیاید (اصطلاحن می گویم سفید شود) زرده و سفیده تخم مرغ ها را جدا کرده، زرده ها را با نمک و وانیل، به مخلوط کره و شکر اضافه کرده و هم می زنیم. سپس آرد را کم کم به مایه اضافه

کرده و خوب ورز می‌دهیم تا خمیر یک‌دست شود.

سفیده تخم‌مرغ‌ها را با چنگال کمی می‌زنیم. سپس از خمیر گلوله‌های کوچکی بر می‌داریم ، با قلم‌مو از سفیده تخم‌مرغ به آن می‌زنیم و در پودر پسته یا بادام می‌غلطانیم و در سینی فر با فاصله می‌چینیم.

این شیرینی با حرارت ۱۸۰ درجه سانتی‌گراد به مدت ۱۵-۲۰ دقیقه می‌پزد. بعد از سرد شدن در ظرف بچینید.

این شیرینی را بجز بادامی و پسته‌ای، بصورت گردویی و کنجدی و کاکائویی هم می‌توانید درست کنید یعنی گلوله‌های خمیر که روی آن سفیده تخم‌مرغ زدید را در کنجد یا پودرگردو و یا کمی کاکائو بغلتانید. البته نوع بادامی و پسته‌ای آن از همه خوشمزه‌تر است.

[/http://www.shindokht.com/Food](http://www.shindokht.com/Food)

<http://vista.ir/?view=article&id=120031>



شیرینی فندق

• مواد لازم :

• مغز فندق بو داده بدون نمک :: ۲۵۰ گرم

• مغز بادام بو داده بدون نمک :: ۱۵۰ گرم

• آرد سفید :: ۵۰۰ گرم

• خاکه قند :: ۵۰۰ گرم

• هل کوبیده نرم :: يك قاشق سوپخوری

• روغن :: ۳۵۰ گرم

• طرز تهیه :



بادام و فندق را چرخ می‌کنیم آرد را با روغن سرخ کرده بحدی که کمی طلائی شود . بعد بادام و فندق و هل را اضافه می‌نمائیم . باز هم کمی

سرخ می کنیم و از روی آتش برمی داریم کمی که سرخ شد خاکه قند را ریخته و هم می زنیم رویش را با پشت قاشق صاف می کنیم کمی پسته چرخ کرده روی آن می پاشیم و می گذاریم کاملاً سرد شود بعد لوزی یا چهار گوش میبریم و کمی هم خاکه قند روی آن می پاشیم و در ظرف می چینیم .

<http://vista.ir/?view=article&id=72745>

 **vista.ir**
Online Classified Service

شیرینی قطاب

- مواد لازم برای خمیر قطاب:
 - زرده تخم مرغ دو عدد
 - ماست نصف پیمانه (۱۰۰ گرم)
 - روغن نصف پیمانه (۱۰۰ گرم)
 - پیکینگ پودر یک قاشق مرباخوری
 - آرد به اندازه ای که خمیر بدست نچسبد (حدود ۱۵۰ گرم)
- مواد لازم برای داخل قطاب:
 - بادام پوست گرفته و چرخ کرده ۲۵۰ گرم
 - پودر قند ۱۲۰ گرم
 - هل کوبیده نرم یک قاشق سوپخوری
- طرز تهیه خمیر قطاب:



زرده تخم مرغ و ماست و روغن و پیکینگ پودر را مخلوط کرده و آرد را کم کم

به آن اضافه کرده و هم میزنیم تا خمیر بصورتی در بیاد که بدست نچسبد ولی زیاد هم سفت و بدون کشش نشود. خمیر را مدت ۲ ساعت میگذاریم تا ور بیاید.

• طرز تهیه قطاب:

بادام و پودر قند و هل را مخلوط می کنیم و از خمیر گلوله ای به اندازه یک پرتقال بر می داریم , کمی آرد روی میز می پاشیم و خمیر را با وردنه به قطر تقریباً نیم سانت باز می کنیم و با دهانه استکان دایره هایی می بریم و در وسط هر دایره از مخلوط بادام و هل و پودر قند می گذاریم و خمیر را روی هم می آوریم و اطراف آن را بهم می چسبانیم و چین می دهیم. قطاب ها را به اینصورت آماده می کنیم .

قطاب ها را می توانیم در روغن سرخ کنیم و یا داخل فر بگذاریم. برای سرخ کردن قطاب ها باید در ظرف گودی روغن فراوان داغ کنیم و قطاب ها را داخل آن سرخ کنیم.

این قطاب ها داخل فر درست شده با حرارت ۳۵۰ درجه فارنهایت به مدت نیم ساعت. بعد از سرد شدن قطاب ها را در پودر قند می غلتانیم.

قطاب هایی که داخل فر درست می شود رژیمی هستند.

منبع : شیندخت

<http://vista.ir/?view=article&id=89027>

 **vista.ir**
Online Classified Service

شیرینی کاکائو

• مواد لازم:

- کره آب شده: يك فنجان
- شکر: دو فنجان
- وانیل: يك قاشق مرباخوری
- آرد الک نشده: يك لیوان
- تخم مرغ: ۲ عدد
- جوش شیرین: يك قاشق چایخوری
- نمک: نصف قاشق چایخوری



▪ خشکبار خرده شده: يك فنجان

• طرز تهیه:

کره و شکر را خوب می‌زنیم تا مخلوط شوند، آن گاه تخم مرغ و وانیل را به آن اضافه می‌کنیم و تمام آنها را مخلوط می‌کنیم و پس از این مراحل آرد، کاکائو،

جوش شیرین و نمک را هم به آن اضافه می‌کنیم. مخلوط حاصله را که به شکل خامه درآمده است، با گردو و بادام ریز شده به هر نوعی که دوست دارید، مربع، مکعب، دایره و یا بیضی شکل با قالب‌های مورد دلخواه برمی داریم و بر روی سینی شیرینی‌پزی چرب نشده می‌ریزیم و در فر با دمای ۲۵۰ درجه می‌گذاریم تا به مدت ۸ دقیقه بپزد یا دنان باشد که این شیرینی در زمان پختن پف می‌کند و زمانی که سرد شد پهن می‌شود. شیرینی شما پس از خنک شدن آماده میل می‌باشد.



منبع : خانواده سبز

<http://vista.ir/?view=article&id=74238>

 **vista.ir**
Online Classified Service

شیرینی کرم دار

• مواد لازم:

▪ کره ۱۲۵ گرم

▪ پودر قند ۲ قاشق غذاخوری

▪ آرد ۱ پیمانه و ۲ قاشق سوپ خوری

▪ نشاسته ذرت ۴ قاشق سوپ خوری

• طرز تهیه:

کره و پودر قند را با همزن برقی هم می‌زنیم تا نرم شود. سپس مخلوط آرد و نشاسته ذرت (که قبلاً با هم مخلوط کرده و الک کرده ایم) را اضافه می‌





کنیم. سپس این مخلوط را در قیف ریخته و به شکل شکوفه ریز در آورده و در سینی چرب شده می چینیم. بعد سینی را در پنجره وسط فر با درجه حرارت ۱۸۰ درجه سانتیگراد یا ۳۵۰ درجه فارنهایت و به مدت ۲۰ دقیقه قرار می دهیم تا رنگ روی شیرینی طلایی شود. پس از پخت و سرد شدن شیرینی ها بین دو شیرینی را کرم (که مواد لازم و طرز تهیه آن در زیر آمده است) می زنیم و دو قسمت را به هم می چسبانیم.

• مواد لازم برای کرم لیموئی داخل شیرینی:

▪ کره ۳۰ گرم

▪ رنده ی پوست لیمو کمی

▪ پودر قند نرم ربع پیمانه

▪ آب لیموی تازه ۱ قاشق چایخوری

• طرز تهیه:

کره را با همزن برقی هم می زنیم، رنده ی پوست لیمو و پودر قند را اضافه کرده و دوباره با همزن هم می زنیم تا این که پف کند. سپس آب لیمو را اضافه می کنیم و کمی هم می زنیم.
پودر قند را حتماً الک ریز کنید.

منبع : تبیان

<http://vista.ir/?view=article&id=104446>

 **vista.ir**
Online Classified Service

شیرینی کره ای

• مواد لازم :



- کره : ۲۵۰ گرم
- روغن مایع : نصف لیوان
- آرد : ۴ لیوان
- تخم مرغ : ۱ عدد
- ماست : ۱ قاشق غذا خوری
- شکر : ۴ قاشق غذا خوری سرپر
- کاکائو : نصف استکان
- طرز تهیه :



ابتدا کره ، تخم مرغ و ماست را با هم مخلوط کرده ، خوب به هم می زنیم تا مواد کاملاً مخلوط گردد ، سپس روغن مایع را اضافه نموده و مجدداً آن را کاملاً به هم می زنیم ، شکر و آرد را به مایع اضافه می کنیم و مایع را کاملاً به هم می زنیم ، (البته مقدار آرد باید به اندازه ای باشد که خمیر به دست نچسبد) سپس مقداری از خمیر را به اندازه یک گلوله برداشته و در ظرف جداگانه ای با کاکائو مخلوط می کنیم .

سپس خمیرهایی را که به اندازه گلوله درست کرده ایم برداشته و آنها را کف دست باز می کنیم ، (البته مقدار بزرگی و کوچکی شیرینی ها بستگی به سلیقه شما دارد) ، خمیری را که با کاکائو مخلوط کرده ایم با دست کاملاً باز می کنیم ، به صورت ماری (یا رشته های باریک) در می آوریم و روی شیرینی ها به صورت ضریدر ، عمودی و یا افقی تزئین می کنیم . خمیرها را داخل ظرف فر چیده ، از قبل فر را کاملاً داغ کرده و به مدت ۲۰ - ۱۵ دقیقه می گذاریم تا بپزد ، (هنگامی که ته شیرینی ها سرخ شد و سرخی خود را به دیوارهای بالای شیرینی داد ، شیرینی شما پخته است) ، حالا می توانید شیرینها را در ظرف چیده با یک لیوان چای به عنوان عصرانه میل نمایید .

منبع : ایرانیان انگلستان

<http://vista.ir/?view=article&id=92750>

شیرینی کره ای اسکاتلندی

- مواد مورد نیاز:
- کره: ۱۰۰ گرم؛
- شکر قهوه ای: ۱۵۰ گرم؛
- خامه: ۲ قاشق سوپخوری؛
- آرد: ۱۵۰ گرم؛
- تخم مرغ زده شده: ۱ عدد؛
- بادام: ۶۰ گرم؛
- مربای زردآلوی پوره شده و گرم شده: ۲ قاشق سوپخوری.
- طرز تهیه:

قالب مستطیل ۳۰×۲۰ را چرب کرده کف و دیواره را با کاغذ بپوشانید. کره، شکر قهوه ای و خامه را در ظرفی ریخته روی حرارت ملایم قرار دهید تا شکر ذوب شود و به جوش آید؛ این مواد باید به مدت ۳ دقیقه با حرارت ملایم و بدون این که هم زده شود بجوشد. بعد از جوشیدن از روی حرارت برداشته و به مدت ۱۰ دقیقه کنار بگذارید تا خنک شود.

در نهایت تخم مرغ زده شده و آرد الک شده را به مواد اضافه کرده بعد از

مخلوط شدن داخل قالب آماده بریزید و بادام ها را روی آن بچینید بعد آن را با درجه حرارت ۱۸۰ درجه به مدت ۲۰ دقیقه در فر قرار دهید تا بپزد. بعد از پخت از فر خارج کرده و روی شیرینی را با مربای گرم برس بزنید و در قالب خنک کنید سپس برش داده در ظرف بچینید.



منبع : خانواده ما

<http://vista.ir/?view=article&id=101406>

شیرینی کره بادام زمینی

این شیرینیه‌ها را میتوانید در ظرف دربسته مخصوص ، به مدت یک ماه در فریزر نگه دارید.

• مواد لازم برای ۵۴ شیرینی:

- ۱/۲ پیمانه روغن مایع
- ۱/۲ پیمانه کره بادام زمینی
- ۱/۲ پیمانه شکر
- ۱/۲ پیمانه شکر قهوه ای (فراوری نشده)
- ۱ ق.چ. بیکینگ پودر
- ۱/۸ ق.چ. جوش شیرین



• ۱ تخم مرغ

• ۲ ق.س. شیر

• ۱ ق.چ. وانیل

• ۱ و ۴/۳ پیمانه آرد

• ۱/۴ پیمانه شکر

• ۵۴ عدد شکلات شیری

• روش تهیه:

۱) با همزن برقی که روی درجه متوسط تنظیم شده باشد، روغن و کره بادام زمینی را در یک کاسه بزرگ بهم بزنید. ۱/۲ پیمانه شکر، شکر قهوه ای، بیکینگ پودر و جوش شیرین را اضافه کرده و خوب مخلوط کنید. تخم مرغ، شیر و وانیل را اضافه کرده و به خوبی بهم بزنید. سپس تا جایی که میتوانید با همزن و پس از آن با دست، آرد را به مخلوط اضافه کنید و خمیر را ورز دهید.

۲) خمیر را به شکل گلوله‌هایی ۲,۵ سانتی درآورده و در شکری که برای این کار آماده کرده ایم، می‌غلطانیم. گلوله‌ها را روی کاغذ شیرینی پزی چرب نشده و به فاصله ۵ سانتیمتر از یکدیگر می‌چینیم و به مدت ۱۰ تا ۱۲ دقیقه در فر ۳۵۰ درجه فارنهایت یا ۱۷۶ درجه سانتیگراد می‌پزیم تا اطراف آن سفت شده و زیر آنها کمی قهوه ای شود.

شیرینیه‌ها را از فر خارج کرده و شکلات‌ها را به سرعت در وسط هر گلوله فشار می‌دهیم (نتیجه باید چیزی مطابق تصویر شود)، سپس شیرینیه‌ها را از روی سینی به روی شبکه توری قرار می‌دهیم تا خنک شوند. ۲. این شیرینیه‌ها را میتوانید در ظرف دربسته مخصوص و با گذاشتن یک برگ کاغذ

مومی در میان طبقات شیرینی، به مدت یک ماه در فریزر نگه دارید.

منبع : سایت ننجون

<http://vista.ir/?view=article&id=94357>



شیرینی گردویی

• مواد لازم :

• زرده تخم مرغ :: ۳ عدد

• گردو خرد شده :: ۲۰۰ گرم

• شکر :: ۴ قاشق سوپخوری

• وانیل :: نصف قاشق چایخوری

• طرز تهیه :

زرده تخم مرغ را با شکر و وانیل با همزن برقی آن قدر می زنیم تا مایه سفت و سفیدی حاصل شود. گردوی خرد شده را به مایه اضافه می کنیم، سینی فر را با یک ورق کاغذ روغنی می پوشانیم و بعد با استفاده از قاشق مربا خوری توده های کوچکی از این مایه را با فاصله کم در سینی فر می ریزیم سینی فر را به مدت پانزده دقیقه با درجه صد و هشتاد درجه سانتیگراد در فر که قبلا گرم شده است قرار می دهیم. پس از بیرون آوردن شیرینی از فر می گذاریم کمی سرد شود سپس شیرینی ها را از کاغذ



روغنی جدا می کنیم .

<http://vista.ir/?view=article&id=72753>

شیرینی گلپر

▪ مواد لازم:

- آرد سفید یک و یک چهارم پیمانه
- آرد نخودچی دو قاشق غذاخوری
- روغن جامد پنجاه گرم
- پودر قند صد و سی گرم
- روغن صاف (کره گیاهی) بیست تا بیست و پنج گرم

▪ طرز تهیه:

روغن ها را نرم کرده، پودر قند را اضافه می کنیم. آن قدر ورز می دهیم تا کاملاً یک دست شود سپس آرد نخود چی را افزوده، آرد سفید را هم کم کم اضافه کرده، آنقدر ورز داده تا خمیر ترک نخورد. می توان از سه رنگ قهوه ای، زرد و سفید استفاده کرد مقداری از مواد را با کاکائو قهوه ای کرده، مقداری را زعفرانی و باقی را به رنگ سفید خمیر تهیه می کنیم. مواد را گلوله کرده رویشان را تخم خرفه پاشیده و در سینی می گذاریم. گلپر را در فر با حرارت صد و هفاد و پنج درجه سانتیگراد به مدت



بیست دقیقه قرار می دهیم. بعد از این مدت با زدن ضربه ای از زیر سینی، اگر شیرینی جابجا شد، شیرینی آماده است.

▪ نکات مورد توجه:

- (۱) صد و سی گرم پودر قند معادل یک پیمانه است.
- (۲) به هیچ وجه از شکر استفاده نکنید. اگر پودر قند در دسترس نیست، شکر را آسیاب کرده پودر قند به دست می آید.
- (۳) ورز دادن در این شیرینی بسیار مهم است. تا وقتی ورز دهید که خمیر کامل در دست جمع شود.

۴) فر را از قبل گرم کنید.

منبع : سایت یاد بگیر

<http://vista.ir/?view=article&id=94801>



شیرینی لطیفه

- مواد لازم
- ۳ عدد تخم مرغ
- ۷۵ گرم شکر
- ۱۰۰ گرم آرد
- یک قاشق مرباخوری بیکینگ پودر
- ۱۵۰ گرم خامه
- ۷۵ گرم پودر قند
- نصف قاشق چایخوری وانیل
- طرز تهیه:

زرده و سفیده تخم مرغ را جدا کرده، زرده را خوب با همزن برقی می زنیم تا لیموئی رنگ و سفت شود ، سپس شکر را اضافه کرده با همزن کاملاً می زنیم .سفیده ها را درظرف دیگری با همزن کاملاً می زنیم تا کاملاً سفید و سفت شود واز طرف نریزد. آرد و بکینگ پودر و وانیل را با هم الک کرده به مخلوط زرده و شکر زده، اضافه می کنیم و با هم زن دستی به آرامی مخلوط می کنیم. در انتها سفیده را اضافه کرده و با حرکات دورانی همزن دستی مایه را در یک جهت مخلوط می کنیم. مایه حاصله را درقیف ریخته روی سینی فر کاغذ روغنی می گذاریم و مایع را به شکل دایره هایی ، با فاصله روی سینی می ریزیم. روی شیرینی ها پودر شکر می پاشیم و آنها را در فر ۳۵۰ درجه بمدت ۱۰ دقیقه می پزیم. پس از پخت می گذاریم کاملاً سرد شوند، آنها را از کاغذ جدا کرده و در بین هر ۲ تا ، ۲ قاشق سوپخوری خامه زده شده با هم زن قرار می دهیم. اکنون لطیفه

شما حاضر است.

• نکات تغذیه ای:

اگر با این مواد ۱۵ عدد شیرینی لطیفه تهیه کنید در صورتی که ۲ قاشق غذا خوری خامه درون آن موجود باشد، هر شیرینی دارای ۸۰ کالری انرژی است.

<http://kadbaanoo.blogfa.com/post-۲۷۰.aspx>

<http://vista.ir/?view=article&id=95088>



شیرینی لقمه سیب

- مواد لازم:
- سیب یک کیلو
- تخم مرغ ۳ عدد
- پودر شکر ۲ پیمانه
- مارگارین یا کره ۵۰ گرم
- وانیل یک چهارم قاشق چای خوری
- نمک مقداری
- روغن برای سرخ کردن به مقدار لازم
- آرد ۱/۵ پیمانه
- نشاسته ۲ قاشق سوپ خوری
- آب لیمو ۲ قاشق سوپ خوری
- آب سرد ۲ قاشق سوپ خوری



- رنده‌ی لیمو یک قاشق چای‌خوری
- پودر شکر و پسته به مقدار لازم



▪ بیکینگ پودر ۲ قاشق چای‌خوری

▪ دارچین ۱ قاشق سوپ‌خوری

• طرز تهیه:

برای تهیه خمیر این شیرینی، کره و شکر را با هم مخلوط کنید. تخم‌مرغ را اضافه کرده و پس از آن آب لیمو و آب را به مخلوط بیافزایید. نشاسته، آرد و نمک و بیکینگ پودر را با هم الک کرده و به مایه‌ی تخم‌مرغ و کره اضافه نمایید. حال خمیر آماده است. سیب‌ها را از ارتفاع یا عرض برش دهید (هر برش به قطر نیم ساعت). سپس آنها را خشک کنید. برش‌های سیب را داخل دارچین زده و در خمیر آماده شده فرو ببرید و در روغن داغ سرخ کنید. روغن اضافه‌ی سیب‌های سرخ شده را گرفته و پس از آن روی آنها پودر قند و پسته بپاشید

منبع : تبیان

<http://vista.ir/?view=article&id=104441>



شیرینی مربایی

• مواد لازم:

• کره یا مارگارین :: ۲۲۵ گرم

• شکر درشت :: ۲۲۵ گرم

• تخم‌مرغ زده شده :: ۲ عدد

• وانیل :: به مقدار لازم

• آرد :: ۵۰۰ تا ۵۵۰ گرم



- مریای صاف شده :: به مقدار لازم
- زمان پخت :: ۱۵ دقیقه
- حرارت فر :: ۳۷۵ درجه فارنهایت



• طرز تهیه :

ابتدا کره را باشکر به شکل کرم درآورده و به تدریج تخم مرغ و وانیل را بزنید و با آرد مخلوط نمایید تا به صورت خمیر نرم و لطیفی درآیدد خمیر را روی یک سطح صاف آردی برگردانید و به آرامی ور دهید و آن را به قطر ۵/۲ میلی متر پهن کنید و از آن دایره ایی به قطر شش سانتیمتر ببرید در نصف آنها دو دایره گرد کنید همه بیسکویت ها را روی سینی روغن زده پهن کرده در فر می گذاریم تا پانزده دقیقه بپزد. سپس بیسکویت ها را روی یک توری سیمی قرار داده تا سرد شوند پس از سرد شدن کامل مریا را روی بیسکویت مالیده و آن که یک دایره اضافی دارد روی بیسکویت قرار می دهیم .

<http://vista.ir/?view=article&id=72736>



شیرینی میکادو

آرد را در ظرفی ریخته روی حرارت قرار دهید مرتب هم زده تا طلایی شود. کره را اضافه کنید کمی هم بزنید و از روی حرارت بردارید، سپس پودر قند ، کاکائو، اسانس و پودر بادام را اضافه کنید. مواد را خوب مخلوط کنید در آخرین مرحله ارده را اضافه کرده و مجدداً مواد را هم بزنید تا همه مواد خوب مخلوط گردد، یک ورق نان میکادو روی سطح کار قرار داده ۲/۱ از مواد را با پالت روی آن بمالید، لایه بعدی را روی آن قرار دهید و مجدداً از مواد فوق روی آن بمالید، لایه سوم را روی آن پرس کنید و به مدت ۳۰ دقیقه در یخچال قرار داده سپس به شکل دلخواه برش داده و در ظرف بچینید.

نوع مقدار

آرد ۲۰۰ گرم

کره ۱۵۰ گرم

پودر قند ۱۵۰ گرم

پودر کاکائو ۳ قاشق سوپ خوری

اسانس ۲ تا ۳ قطره

بادام برشته و پودر شده ۱ پیمانه

ارده ۵ قاشق سوپ خوری

نان میکادو ۳ ورق

منبع : شبکه جهانی جام جم

<http://vista.ir/?view=article&id=5890>

 **vista.ir**
Online Classified Service

شیرینی ناپلئونی

• مواد لازم:

- خمیر هزار لا: به مقدار لازم؛
- خامه ی زده شده: به مقدار لازم؛
- کرم و وانیل: به مقدار لازم؛
- پودر پسته: برای تزیین؛
- خرده شیرینی: به مقدار لازم.

• طرز تهیه:

خمیر را به ضخامت ۱ سانتی متر باز می کنیم و به شکل مستطیل ۱۰ در ۳۰ برش می دهیم. خمیر را درون سینی فر داخل فر ۲۰۰ درجه می گذاریم. بعد از ۸ دقیقه حرارت را به ۱۸۰ درجه تغییر می دهیم. ۲۰ دقیقه خمیر را می پزیم. سینی را از فر خارج کرده و می گذاریم تا خنک شود. خمیر نان





های پخته را از ارتفاع برش می دهیم. کرم وانیل را با خامه ی زده شده، مخلوط می کنیم، به طوری که صاف و یکدست شود. بین دو لا مالیده، سطح روی نان را نیز با همین کرم پوشش می دهیم. خرده شیرینی را روی

آن می ریزیم. پودر پسته را روی آن می ریزیم. با یک سینی روی نان را پرس می کنیم و در یخچال قرار می دهیم و بعد از یک ربع به شکل مربع یا مستطیل های کوچک برش می دهیم.

منبع : خانواده ما

<http://vista.ir/?view=article&id=101585>



شیرینی نارگیلی

• مواد لازم:

- يك عدد سفیده تخم مرغ
- ۱۰۰ گرم پودر نارگیل
- ۵۰ گرم پودر قند

زمان تهیه: ۱۵ دقیقه، زمان طبخ: ۱۵ الی ۲۰ دقیقه، دمای فر: ۱۸۰ درجه، سانتی گراد و ۳۵۰ درجه فارنهایت، برای تهیه ۱۲ عدد شیرینی، کالری موجود: ۷۰ کالری به ازای هر شیرینی .

مقدار کمی مربای آلبالو یا پودر پسته برای تزئین سفیده تخم مرغ را با همزن برقی می زنیم تا سفید و سفت شود و سپس در حال هم زدن پودر قند را اضافه می کنیم. به هم زدن ادامه می دهیم تا مخلوط غلیظ و براق شود. پودر نارگیل را افزوده و خوب مخلوط می کنیم تا مایه نسبتاً سفتی به دست آید. دست های مان را مرطوب کرده با دست ۱۲ گلوله به اندازه گردو از این مایه درست می کنیم و گلوله ها را بر روی يك سینی فر که از قبل چرب کرده ایم قرار می دهیم.

سینی فر را به مدت ۱۵ الی ۲۰ دقیقه یا تا زمانی که شیرینی ها طلایی شوند در فر می گذاریم سپس شیرینی ها را از فر خارج کرده و پس از

سرد شدن از سینی جدا می کنیم و با يك مقداری مربا یا پودر پسته تزئین می کنیم.

منبع : روزنامه شرق

<http://vista.ir/?view=article&id=10847>

 **vista.ir**
Online Classified Service

شیرینی نان برنجی

• مواد لازم:

- آرد برنج نرم که چند بار الک شده باشد : نیم کیلو،
- روغن جامد : ۲۵۰ گرم،
- پودر قند نرم شده : ۱۷۵ گرم،
- گلاب : يك سوم پیمانه،
- تخم مرغ : يك عدد،
- هل کوبیده : کمی
- طرز تهیه:



پودر قند ، روغن جامد و زرده تخم مرغ را با هم مخلوط کرده و خوب با همزن می زنیم تا کاملا نرم و لطیف شود سفیده تخم مرغ را جداگانه با همزن می زنیم تا سفت و سفید شده و از ظرف نریزد سپس آن را به مخلوط زرده و

پودر قند و روغن اطفاف کرده و گلاب را هم در این مرحله اطفاف می کنیم پس از مخلوط شدن مواد فوق آرد برنج را به آنها اضافه می کنیم و خوب هم می زنیم در آخر هل را اضافه می کنیم . خمیر را در يك کیسه نایلونی می ریزیم و می گذاریم دو ساعت بماند يك ورق کاغذ روغنی را روی سطح صافی قرار داده خمیر را بر روی آن می گذاریم يك عدد کاغذ روغنی را هم روی خمیر می گذاریم سپس خمیر را با وردنه به قطر نیم سانتیمتر باز می کنیم بعد آن را با قالب های دلخواه شکل داده و می بریم. معمولا شیرینی برنجی به صورت شیرینی های گرد کوچک که با قالب

های چوبی مخصوص نقش گل گرفته اند درست می کنند در صورتی که بخواهید بدون قالب شیرینی برنجی را تهیه کنید می توانید خمیر را به صورت گلوله های کوچکی فرم دهید و سپس در دست کمی آن را پهن کرده و با يك شنی استوانه ای روی آن نقشی بیاندازید يك برگ کاغذ روغنی در يك سینی فر قرار دهید و شیرینی ها را در سینی بچینید روی شیرینی ها را با کمی پودر پسته یا سیاه دانه بپارایید و آنها را به مدت يك ربع تا بیست دقیقه در فر با درجه حرارت صد و پنجاه درجه سانتی گراد با صد و پنجاه درجه سانتی گراد یا سیصد درجه فارنهایت بپزید.

منبع : ایران مانیا

<http://vista.ir/?view=article&id=83009>



شیرینی نخودچی

مواد لازم

۲۵۰ گرم آرد نخودچی نرم که چند بار الک شده باشد، ۱۰۰ گرم روغن جامد، ۲۵ گرم کره، ۱۲۵ گرم پودر قند، يك دوم قاشق چایخوری پودر هل
پودر قند، روغن و کره را در ظرفی ریخته و با همزمن برقی آنقدر می زنیم تا سفید شود. آرد نخودچی را کم کم اضافه کرده با دست خوب ورز می دهیم. هل را افزوده ورز می دهیم تا خمیر نرم و لطیفی حاصل شود. برای امتحان خمیر مقدار کمی از آن را به صورت يك گلوله درمی آوریم. اگر گلوله متلاشی نشود ورز دادن کافی است. خمیر آماده شده را می توان به روش های گوناگون شکل داد. ساده ترین روش این است که خمیر را به صورت گلوله ای كوچك درآوریم و سپس با فشار انگشت کمی آن را پهن کنیم. خمیر را در سینی فر که قبلاً با قطعه ای کاغذ روغنی آن را پوشانده ایم قرار می دهیم و با لبه يك قاشق چایخوری خطوط منحنی شکلی بر روی شیرینی رسم می کنیم و پس از پخت شیرینی آنها را با خلال یا پودر پسته تزئین می کنیم. يك روش دیگر آن است که خمیر را بر روی سطح صافی قرار داده يك قطعه کاغذ روغنی بر روی آن می گذاریم و با وردنه از روی کاغذ خمیر را به قطر يك سانتی متر باز می کنیم. سپس با قالب های كوچك شیرینی، شیرینی هایی به شکل دلخواه از خمیر درمی آوریم و آنها را در سینی فر می چینیم. سینی فر را به مدت يك ربع ساعت در فر با حرارت ۱۵۰ درجه سانتی گراد می گذاریم سپس سینی را از فر خارج کرده می گذاریم شیرینی ها کاملاً سرد شوند. پس از سرد شدن شیرینی ها آنها را از سینی فر خارج کرده و در ظرف دلخواه می چینیم.

منبع : روزنامه شرق

<http://vista.ir/?view=article&id=10849>

 **vista.ir**
Online Classified Service

شیرینی نیمان

- مواد لازم:
- شکر ۲ پیمانه
- شکر قهوه ای ۲ پیمانه
- تخم مرغ ۴ عدد
- پودر وانیل ۲ قاشق مربا خوری
- آرد ۴ پیمانه
- مخلوطی از آرد جو ۵ پیمانه
- نمک ۱ قاشق مربا خوری
- بیکینگ پودر ۲ قاشق مربا خوری
- جوش شیرین ۲ قاشق مربا خوری
- ورقه های شکلاتی نیم کیلو
- آجیل ۳ پیمانه
- طرز تهیه:



کرم کره ای و دو نوع شکر را با هم مخلوط می کنیم. تخم مرغ و وانیل را اضافه می کنیم و سپس این مایع را با آرد- آرد جو- نمک - بیکینگ پودر و جوش شیرین مخلوط می کنیم. ورقه های شکلات و آجیل را اضافه می کنیم. و آن را به صورت گلوله هایی می غلتانیم و آنها را به فاصله ۲ اینچ از یکدیگر روی کاغذ مخصوص شیرینی پزی می چینیم. آنها را می گذاریم تا ۱۰ دقیقه بپزد دمای فر باید ۳۷۵ درجه فارنهایت باشد. از این مایع می

منبع : آشپزباشی

<http://vista.ir/?view=article&id=77873>

شیرینی هایی با طعم نارگیل

• شیرینی با روکش شکلات و نارگیل

• مواد لازم: ۵۱ پیمانه آرد سفید، یک سوم پیمانه آرد ذرت، ۱۸۵ گرم کره نرم شده، یک پیمانه پودر قند، ۲ عدد تخم مرغ کمی زده شده، نصف قاشق چایخوری وانیل، نصف پیمانه شیر، سه چهارم پیمانه خامه غلیظ. برای روکش: ۴ پیمانه پودر قند، یک سوم پیمانه پودر کاکائو، ۳۰ گرم کره ذوب شده، دوسوم پیمانه شیر، ۲ پیمانه پودر نارگیل .

فر را با درجه حرارت ۱۸۰ درجه سانتیگراد روشن کنید. یک قالب کیک مربع شکل به ضلع ۲۳ سانتی متر را با کمی کره ذوب شده یا روغن چرب کنید. کف قالب را با یک قطعه کاغذ روغنی بپوشانید.



آرد سفید و آرد ذرت را در ظرف گود بزرگی الک کنید. کره نرم شده، پودر قند، وانیل، تخم مرغ ها و شیر را اضافه کنید. با همزن برقی مخلوط را هم بزنید. با سرعت کم یک دقیقه به هم زدن ادامه دهید. سپس با سرعت تند همزن ۳ دقیقه دیگر مخلوط را بزنید تا هیچ گلوله ای در آن باقی نماند و حجم آن افزایش یابد. مخلوط را در قالب کیک که از قبل آماده کرده بودید بریزید و سطح روی آن را صاف کنید. بگذارید شیرینی یک ساعت در فر بپزد تا مغز پخت شود و اگر چنگالی را در آن فرو ببرید چیزی به چنگال نچسبد. آن را از فر خارج کنید. بگذارید یک ۲ دقیقه در قالب بماند سپس آن را بر روی شبکه سیمی برگردانید و بگذارید سرد شود.

با یک کارد اره ای بلند سطح روی کیک را کاملاً صاف کنید. لبه های خشک و برشته کیک را نیز بریده جدا کنید. سپس کیک را از وسط ارتفاع آن به دو

لایه تقسیم کنید.

خامه را با همزن برقی بزنید تا فرم بگیرد. آن را روی لایه زیرین کیک پخش کنید و لایه بالایی کیک را روی خامه قرار دهید. حال کیک را به ۵ ردیف ۵ تایی برش بزنید تا ۲۵ قطعه کیک مربع شکل حاصل شود.

پودر قند را با پودر کاکائو، کره و شیر در یک ظرف کوچک مخلوط کنید و آن را روی ظرف دیگری حاوی آب در حال جوش قرار دهید. مخلوط را دائما هم بزنید تا یکنواخت و براق شود سپس از روی حرارت بردارید. یک پیمانه از پودر نارگیل را روی سطح صافی که با یک قطعه کاغذ روغنی پوشانده اید بریزید. هر یک از قطعات مربع شکل کیک را ابتدا در روکش شکلاتی فرو ببرید سپس خارج کرده صبر کنید تا روکش اضافی از آن بچکد و بعد در پودر نارگیل بغلتانید. این کار را ادامه دهید تا تمام کیک ها روکش شوند.

• کیک نارگیلی

• مواد لازم: ۷۵ گرم پودر نارگیل، ۱۷۵ گرم آرد سفید، ۱۰۰ گرم پودر قند، ۱۰۰ گرم کره یا مارگارین نرم شده، ۲ عدد تخم مرغ، حدود ۶ قاشق شیر، ۲ قاشق چایخوری بیکینگ پاور.

برای روی کیک: ۲ قاشق سوپخوری پودر نارگیل، یک قاشق سوپخوری پودر قند .

تخم مرغ ها را در ظرفی ریخته و کمی هم بزنید سپس شیر را به آن اضافه کنید تا حجم آن به حدود ۱۵۰ میلی لیتر برسد و بهتر است این کار را در یک ظرف مدرج انجام دهید تا به راحتی میزان شیر مورد نیاز مشخص شود. نیمی از پودر قند را همراه با پودر نارگیل اضافه کنید و مخلوط کنید سپس بگذارید ۳۰ دقیقه بماند.

آرد را همراه با بیکینگ پاور در ظرف گودی الک کنید و باقی مانده پودر قند را به آن بیفزایید. کره را به آن اضافه کنید و مخلوط کنید تا به صورت گلوله های ریز مغز نان درآیند. حالا مخلوط پودر نارگیل را به آن اضافه کنید. خوب مخلوط کنید و سپس مایه کیک را در یک قالب کیک مستطیل مخصوص کیک صبحانه که از قبل چرب کرده و کمی آرد در آن پاشیده اید بریزید. پودر قند و پودر نارگیلی که برای روی کیک کنار گذاشته بودید مخلوط کرده روی سطح مایه کیک بپاشید.

کیک را به مدت ۴۵ تا ۵۰ دقیقه در فر که از قبل با حرارت ۱۹۰ درجه سانتیگراد یا ۳۷۵ درجه فارنهایت گرم کرده اید، بپزید. سپس از فر خارج کرده بر روی شبکه سیمی سرو کنید.

• بیسکویت جوی نارگیلی

• مواد لازم: یک پیمانه آرد سفید ، یک پیمانه جوی پرک ، سه چهارم پیمانه پودر نارگیل، سه چهارم پیمانه پودر قند، ۱۲۵ گرم کره، یک قاشق سوپخوری عسل، ۵۱ قاشق چایخوری جوش شیرین ، ۲ قاشق سوپخوری آب جوش.

فر را با حرارت ۱۵۰ درجه سانتیگراد روشن کنید تا گرم شود. سینی فر را با کمی روغن یا کره چرب کنید. آرد، جوی پرک و پودر نارگیل را با پودر قند در ظرف گودی مخلوط کنید.

کره و عسل را در ظرف کوچکی مخلوط کرده و بر روی حرارت تند اجاق گاز قرار دهید و هم بزنید تا ذوب شوند. جوش شیرین و آب جوش را مخلوط کنید و آن را به عسل و کره بیفزایید، این مخلوط را به ظرف حاوی آرد و پودر نارگیل اضافه کنید و هم بزنید تا کاملا مخلوط شوند. هر یک قاشق

سوپخوری از خمیر حاصل را در دست ابتدا به صورت يك گلوله و سپس به صورت دایره ای تخت درآورید و در سینی با فاصله ۶ سانتی متر از یکدیگر بچینید.

شیرینی ها را حدود ۱۵ الی ۲۰ دقیقه در فر بپزید تا طلایی رنگ شوند. سپس از فر خارج کرده بگذارید حدود ۲ دقیقه بماند، بعد از سینی جدا کرده و بر روی شبکه سیمی سرو کنید.

سپیده سلیمی

منبع : روزنامه شرق

<http://vista.ir/?view=article&id=17642>



شیرینی هایی برای سال نو مسیحی

• بیسکویت نوئل

مواد لازم برای حدود ۶ عدد بیسکویت:

۱۰۰ گرم کره

۵۰ گرم پودر قند

۱۰۰ گرم آرد سفید

۵۰ گرم بادام پودر شده

۲۲۵ گرم پودر قند برای تزئین

۱ قاشق سوپخوری آبلیمو

۱ قاشق سوپخوری آب



۱ عدد تخم مرغ کمی زده شده

کره را مدتی در دمای اتاق قرار دهید تا نرم شود. در ظرف گودی کره و پودر قند را مخلوط کنید. آرد و پودر بادام را اضافه کنید و خوب مخلوط کنید سپس خمیر حاصل را به صورت گلوله ای درآورده و در يك کیسه نایلونی بگذارید. خمیر را ۳۰ دقیقه در یخچال قرار دهید.

خمیر را روی سطح صافی که کمی آرد روی آن پاشیده اید باز کنید و با وردنه آن را به قطر ۵ میلیمتر در آورید. با استفاده از قالبی به شکل درخت کاج نوئل شیرینی هایی از خمیر بریده و در سینی فر که از قبل چرب کرده ایم می چینیم.

با قلم مو کمی تخم مرغ زده شده روی بیسکویت ها بمالید و آنها را در فر با درجه ۱۶۰ سانتیگراد یا ۳۲۵ درجه فارنهایت به مدت ۲۰ تا ۲۵ دقیقه یا تا زمانی که کمی طلایی شوند بپزید. شیرینی ها را روی شبکه سیمی سرد کنید، پودر قند، آبلیمو و آب را مخلوط کنید و این مایه را در قیف خامه با سر باریک بریزید و با استفاده از آن و مطابق تصویر بیسکویت ها را تزئین کنید.

• كيك عسلی کرسمس

مواد لازم:

۲۲۵ گرم کره یا مارگارین

۱۷۵ گرم شکر قهوه ای (یا معمولی)

۳ قاشق سوپخوری عسل

۵ عدد تخم مرغ

۱۰۰ گرم خلال پوست مرکبات

۵۰ گرم خلال بادام

۵۰۰ گرم کشمش

۲۵۰ گرم آرد ساده، الک شده

۱ قاشق چایخوری بیکینگ پودر

۱ قاشق چایخوری جوز هندی (در صورت تمایل)

نصف قاشق چایخوری دارچین

نصف قاشق چایخوری پودر ميخك برای روی كيك

۲۲۵ گرم پودر قند

۱ قاشق سوپخوری آبلیمو

۱ قاشق سوپخوری آب

چند عدد پاستیل قرمز و سبز

همه مواد تشکیل دهنده كيك را در ظرف گود بزرگی مخلوط کنید و با يك قاشق چوبی خوب مخلوط نمایید. تا حدود ۳ دقیقه به هم زدن مایه كيك ادامه دهید. در يك قالب گرد حلقه ای که از قبل آن را چرب کرده اید بریزید و به مدت ۵/۲ ساعت در دمای ۱۵۰ درجه سانتیگراد در فر بپزید. پس از

خارج کردن کیک از فر بگذارید حدود ۱۵ دقیقه در قالب بماند و کمی سرد شود سپس از قالب خارج کرده بر روی شبکه سیمی سرد کنید. پودر قند، آبلیمو و آب را مخلوط کنید و این مایه را با قاشق روی کیک بریزید، به طوری که از دیواره کیک سرازیر شود. در آخر روی کیک را با پاستیل های قرمز و سبز تزئین کنید.

منبع : روزنامه شرق

<http://vista.ir/?view=article&id=8271>

 **vista.ir**
Online Classified Service

شیرینی‌پزی با میوه‌های تابستانی

• ساوارین میوه

۱ قاشق چایخوری پودر قند ۱۷۵، میلی لیتر شیر گرم ۱۵، گرم مایه خمیر خشک ۲۲۵، گرم آرد سفید الک شده ۳، عدد تخم مرغ زده شده ۱۰۰، گرم کره ذوب شده ۱۵۰، گرم شکر ۲۵۰، میلی لیتر آب، آب یک عدد لیموترش ۵، قاشق سوپخوری آب پرتقال.

سالاد میوه مخلوط از میوه های تابستانی مانند انواع انگور، توت فرنگی و گیلان بدون هسته پودر قند را با شیر و مایه خمیر مخلوط کنید و بگذارید ۱۰ دقیقه بماند. آرد را با نمک مخلوط کنید و تخم مرغ، مایه خمیر و کره ذوب شده را به آن اضافه کنید و هم بزنید تا خمیر نرمی حاصل شود. آن را در یک قالب گرد حلقه ای به قطر ۲۳ سانتی متر که از قبل داخل آن را کمی





چرب کرده اید بریزید و روی آن را بپوشانید. بگذارید در جای گرمی بماند تا خمیر ور آمده و تا لبه ظرف برسد.

کیک را در فر که از قبل با درجه حرارت ۲۰۰ درجه سانتی گراد یا ۴۰۰ درجه فارنهایت گرم کرده اید به مدت ۴۰ دقیقه یا تا زمانی که پخته و سطح آن طلایی شود بپزید، سپس از فر خارج کرده و از قالب بیرون بیاورید. بگذارید روی یک شبکه سیمی سرد شود. شکر و آب را با هم مخلوط کنید و بگذارید روی حرارت متوسط اجاق گاز به جوش آمده و ۵ دقیقه بجوشد تا حجم آن نصف شده و غلیظ شود. آب لیمو و آب پرتقال را اضافه کنید. سطح روی کیک را با چنگال سوراخ کنید و سپس شربت گرم را قاشق قاشق روی آن بریزید. بگذارید کیک شربت را جذب کند. پس از سرد شدن کامل کیک حفره داخل آن را با سالاد میوه پر کنید. در صورت تمایل با کمی خامه زده شده روی آن را تزئین کنید و سرو نمایید.

سپیده سلیمی

منبع : روزنامه شرق

<http://vista.ir/?view=article&id=14285>

 **vista.ir**
Online Classified Service

شیلینگ بُلر Shillingsboller

- مواد لازم:
- نیم لیتر شیر
- روغن نباتی ۱۲۵ گرم
- مایه خمیر ۵۰ گرم
- شکر ۱۲۵ گرم
- آرد ۸۰۰ گرم
- دارچین به اندازه کافی (توی طرز تهیه توضیح می‌دم)



• ظروف و وسایل لازم:

• ماشین هم زن آشپزخانه، وردنه، سینی فر ۲ عدد

• طرز تهیه:

۱۲۵ گرم روغن را آب کنید، شیر را هم کمی گرم کنید و روغن را با آن مخلوط کنید به صورتی که حرارت مخلوط حدود ۳۷ درجه سانتی گراد بشود. مایه خمیر (خمیر ترش) را خورد کنید و در ماشین همزن آشپزخانه بریزید مخلوط شیر و روغن را به آن بیفزاید و ماشین را راه بیندازید، حالا شکر را هم به آن بیفزاید و هم بزنید تا مخلوط شود. هل را به آرد بیفزاید و هم زمان که ماشین در حرکت است کم کم آرد را به آن اضافه کنید تا خمیر تقریباً سفت شود به صورتی که تقریباً خیلی کم به دست بچسبد زیاد سفت نشود و زیاد هم شل نباشد.

روی ظرف را پلاستیک بکشید و خمیر را برای ۴۵ دقیقه به حال خود رها کنید تا خمیر پف کند و حجم آن دوبرابر شود.

پس از اینکه خمیر آماده شد به مقدار خیلی کم آرد روی میز آشپزخانه بریزید و خمیر را روی آن بریزید و آنرا به صورت تصویر پهن کنید.

دو سه قاشق روغن نباتی رو آب کنید. پس از پهن کردن خمیر با قلم موی آشپز خانه روی خمیر پهن شده کمی روغن بمالید فقط دقت کنید دو سه سانتیمتر لبه بالایی رو روغن نمالید و در عوض هنگام لوله کردن خمیر آب بمالید، آب مالیدن لبه بالایی برای این است که این دو سه سانتیمتر لبه به صورت چسب عمل کند.

حالا مقداری دارچین را روی تمام سطح خمیر (قسمتی که با روغن چرب کردید) بجز آن قسمتی که برای آب زدن هست بپاشید. بعد روی دارچین هم شکر بپاشید و مقداری کنشمش را هم روی همین قسمت بپاشید. حالا قسمتی رو که خالی گذاشتید رو با یک قلم موی آشپزی آب بزنید بعد از طرفی که دارچین، شکرو کنشمش پاشیدیت شروع به لوله کردن خمیر بکنید، نگران نباشید اگر خمیر کمی به میز چسبیده آنرا جدا کنید و ادامه بدین و بپیچید، آخر سر فرم مورد دلخواه را بدست خواهیم آورد. خمیر را لوله کنید به صورتی که کناره‌ای که آب مالیده‌اید در آخر بصورت چسب تمام لوله خمیر را بهم نگه دارد حالا شما یک لوله خمیر دارید تقریباً به طول یک متر (کمتر یا بیشتر) و به قطر پنج شش سانتیمتر اگر کمی ناصافی دارد آنرا مرتب کنید بعد بوسیله چاقو لوله را به قطعات ۲ تا ۳ سانتیمتری ببرید و آنها را روی سینی فر که از قبل با کاغذ مخصوص فر پوشانده اید بگذارید به صورتی که مقطعی که برش خورده روی کاغذ قرار بگیرد و طرف دیگرش رو به بالا باشد.

سعی کنید آنها را زیاد به هم نزدیک نکنید چون شیرینی‌ها باید بعد از این کار دوباره برای پف کردن به حال خود رها شوند تا مجدداً پف کنند. حالا روی آنرا با یک پلاستیک بپوشانید و بگذارید برای ۳۰ دقیقه مجدداً پف کند.

پس از ۳۰ دقیقه پلاستیک را بردارید و روی شیرینی‌ها را کمی شکر درشت اگر در دسترس ندارید شکر معمولی بپاشید و آنرا در وسط فر از قبل گرم شده قرار بدهید.

فر شما باید ۲۲۵ سانتی گراد گرم شده باشد و شیرینی‌ها را ۱۰ تا ۱۲ دقیقه بپزید. پس از اینکه شیرینی‌ها پخت آنها را از فر خارج کنید و بگذارید خنک بشود. اشکالی ندارد آنها را می‌توانید حتی کمی گرم نوش جان کنید. پس از سرد شدن می‌توانید آنهاپی را که نمی‌خواهد بلافاصله استفاده کنید در فریزر قرار بدهید و هرگاه خواستید استفاده کنید آنها را خارج کنید و کمی بگذارید توی فر یا مکرو فر و کمی گرم کنید و مصرف کنید

دقت کنید اگر آنها را در مکرو فر می‌گذارید مدتش زیاد نباشد در غیر این صورت خیلی خشک و سفت خواهد شد، من ترجیح می‌دهم در فر معمولی گرم کنم.

منبع : چنچه

<http://vista.ir/?view=article&id=88669>



طرز تهیه برشتوک جهت مراسم عزاداری و محرم

• مواد لازم:

- آرد نخود یک کیلو
- روغن جامد ۷۵۰ گرم
- هل کوبیده شده نرم نصف قاشق سوپخوری

• طرز تهیه :

روغن را در ظرفی می ریزیم و روی حرارت قرار می دهیم تا داغ شود و سپس آرد را در آن ریخته و حرارت را ملایم می کنیم مرتب هم می زنیم تا آردها کاملاً سرخ شود و رنگ آن تغییر کرده، سرخ شود (باید کمی طلایی شود). مایع را از روی گاز برداشته کنار می گذاریم و سپس پودر قند و هل ساییده شده را به آن اضافه می کنیم و خوب مخلوط می کنیم و داخل ظرف مخصوص باقلوا ریخته و روی آن را با پشت قاشق کاملاً صاف می کنیم و بعد روی آن را پودر پسته می پاشیم و می گذاریم سرد شود و به صورت لوز برش زده و در ظرف مناسب قرار می دهیم.



منبع : سازمان آموزش و پرورش استان خراسان

<http://vista.ir/?view=article&id=75125>

طرز تهیه پوست پرتقال قندی

- مواد لازم

- ۴ پرتقال

- ۲ پیمانه شکر برای شربت

- ۱ پیمانه آب

- ۱ پیمانه شکر برای روی پوست پرتقالها

- شکلات سفید یا کاکائویی آب شده (در صورت تمایل)

- روش تهیه

۱) با یک کارد تیز، پوست پرتقال را جدا کنید و بدون جدا کردن قسمت سفید رنگ آن، آنها را به شکل نوارهایی به طول ۳ تا ۳,۵ و عرض نیم سانتیمتر ببرید.



۲) نوارهای پوست پرتقال را در قابلمه مناسب ریخته و تا جایی که روی پوستها پوشیده شود آب اضافه میکنیم. قابلمه را روی شعله قرار داده و پس از جوش آمدن حرارت را کم کرده و بدون گذاشتن درب ظرف، میگذاریم به مدت ۷ دقیقه آهسته بجوشد. سپس آب آنرا خالی کرده و پوستها را کنار میگذاریم.

۳) ۲ پیمانه شکر و یک پیمانه آب را مخلوط کرده و میگذاریم بجوشد. پوست پرتقالها را اضافه کرده و میگذاریم روی حرارت متوسط آهسته بجوشد تا اینکه مایع شربت به غلظت شربت درآید. مخلوط پوستها و شربت را کنار میگذاریم تا خنک شوند.

۴) هنگامی که پوستها خنک شدند، آنها را از شربت خارج کرده روی شبکه توری قرار میدهیم تا خشک شوند، پس از خشک شده پوستها را در

شکر میغلطانیم و مجددا روی توری قرار می‌دهیم تا در طول شب به خوبی خشک شوند.
(۵) در صورت تمایل، پوستها را به جای شکری کردن، تا نیمه یا به طور کامل داخل شکلات آب شده زده و بگذارید خشک شوند.

منبع : ترانه ها

<http://vista.ir/?view=article&id=96460>

 **vista.ir**
Online Classified Service

طرز تهیه تافی های متفاوت

- مواد لازم

- ۴۰۰ گرم تافی کاراملی ساده (حدود ۴۰ تا ۵۰ عدد)
- ۲۵۰ گرم شکلات تلخ یا کم شیرینی خرد شده
- ۲ پیمانه خلال پسته یا ۳۰۰ گرم خلال بادام (یا مقداری از هردو)

- روش تهیه

- (۱) از آنجایی که تهیه این تافیها به سرعت عمل نیاز دارد، بهتر است از قبل تمام لوازم مورد نیاز را آماده کنید. یک چنگال، یک یا دو سینی متناسب با گنجایش یخچال و مقداری کاغذ روغنی آماده کنید.
- (۲) خلال پسته و بادام را در دو کاسه مجزا بریزید.
- (۳) لفاف تافیها را باز کرده و آنها را در ظرف مناسبی قرار دهید.



(۴) شکلاتها را روی حرارت ملایم یا از طریق بن ماری (قرار دادن ظرف حاوی شکلات در قابلمه آب جوش) آب کرده، از روی حرارت بردارید. در صورت لزوم در میانه کار میتوانید دوباره آنها را آب کنید، اگر از روش بن ماری استفاده میکنید، میتوانید ظرف حاوی شکلات را در ظرف آب جوش باقی بگذارید اما آنها را از روی شعله بردارید.

(۵) هر تافی را با چنگال برداشته، داخل شکلات فرو ببرید، اضافه شکلات را با لبه قابلمه بگیرید و سپس تافی شکلاتی را تا نیمه در خلال پسته یا

بادام بزنید. میتوانید تعدادی از تافیها را هم تا نیمه شکلاتی کرده و همان نیمه شکلاتی را با بادام بپوشانید.
۶) کاراملها را روی کاغذ روغنی که داخل سینی قرار داده ایم میچینیم و سینیها را به مدت ۳۰ دقیقه داخل یخچال قرار میدهیم. این تافیها را میتوانید در ظرفی در بسته تا یک هفته نگهداری نمایید.

منبع : ترانه ها

<http://vista.ir/?view=article&id=97534>

 **vista.ir**
Online Classified Service

طرز تهیه خامه فرم گرفته

- مواد لازم :

- خامه ۱۰۰ گرم
- پودر قند ۲ قاشق غذا خوری
- وانیل ۱/۸ قاشق غذا خوری
- طرز تهیه:

فرم گرفتن خامه حالتی است که به وسیله زدن خامه در آن باید به وجود بیاید تا برای مالیدن بر روی کیک ها و شیرینی ها و تزئین کرم و ژله ها آماده شود به این طریق که برای هر ۱۰۰ گرم خامه ۲ قاشق غذا خوری پودر قند اضافه کرده و ۱/۸ قاشق چای خوری وانیل نیاز داریم بعد از این که پودر قند و خامه و وانیل را مخلوط کردیم آن را به مدت چند ساعت در فریزر قرار دهید تا کاملاً خامه یخ بزند سپس زمانی که خواستید آن را استفاده کنید نیم ساعت قبل از فریزر خارج کنید تا خامه نرم شود سپس آن را با همزن برقی بزنید تا فرم مورد نظر به دست بیاید. در صورتیکه درصد چربی خامه شما





زیاد بود یعنی بالای ۵۰ درصد چربی داشت باید در ازای هر ۲۵۰ گرم خامه
پر چرب مقدار ۵۰ تا ۱۰۰ گرم خامه کم چرب اضافه کنید تا خامه پر چرب
تبدیل به کره نشود. خامه را دور کند همزن به صورت دورانی آهسته بزنید تا
خامه کاملاً پوک و سبک شود. نکته خیلی مهم سرد بودن خامه است که

باید حتماً خامه ای را که می خواهید بزنید برای استفاده از قبل آن را منجمد نمایید

منبع : ترانه ها

<http://vista.ir/?view=article&id=94455>



طرز تهیه خامه کیک

شرح حال این غذا:

مواد لازم:

دستور تهیه: برای هر ۷۵ گرم خامه یک قاشق سوپخوری خاکه قند (در حدود ۲۵ گرم) در نظر می گیریم خامه و خاکه قند را مخلوط می کنیم و
ظرف خامه را روی یخ می گذاریم و خامه را می زنیم تا سفت شود و فرم بگیرد (فرم گرفتن خامه حدی است که اگر با قاشق روی خامه را خط
بیاندازیم خط قاشق محو نشود، در صورتی که خامه را پیش از حد فرم گرفتن بزنیم کره میشود) ممکن است به این خامه مقداری سفیده تخم مرغ
مخلوط کنیم در این صورت به نسبت هر ۷۵ گرم خامه یک عدد سفیده تخم مرغ در نظر می گیریم. سفیده را جداگانه آنقدر می زنیم تا سفت شود
به طوری که از تخم مرغ زنی نریزد، به نسبت هر دو سفیده تخم مرغ یک قاشق سوپخوری خاکه قند با آن مخلوط می نمائیم و این سفیده را کم کم
داخل خامه زده شده می ریزیم خوب مخلوط می کنیم.

منبع : روحین سایت مازندران

<http://vista.ir/?view=article&id=8037>

طرز تهیه زولبیا، بامیه، گوش فیل و شربت

• مواد لازم برای شربت :

شکر ۲ فنجان

آب يك فنجان

گلاب ۲ قاشق سوپخوری

زعفران حل شده يك قاشق مرباخوری

آبلیمو يك قاشق مربا خوری

• طرز تهیه شربت :



آب و شکر را روی حرارت ملایم قرار می دهیم تا بجوشد. بعد گلاب و زعفران را اضافه کرده، سپس آبلیمو را می ریزیم. پس از چند جوش، شربت آماده شده را از روی شعله بر می داریم.

• زولبیا

• مواد لازم:

نشاسته ۲۰۰ گرم

ماسه ۱۸۰ گرم

آرد ۲۰ گرم

زعفران حل شده يك قاشق سوپخوری

روغن جامد يك قاشق چایخوری

جوش شیرین يك دوم قاشق چایخوری

آب یا گلاب يك قاشق سوپخوری

• طرز تهیه:

نشاسته و ماست را مخلوط کرده، چند دقیقه ای صبر می کنیم تا نشاسته در ماست خیس خورده و به راحتی حل شود. سپس آرد را اضافه می کنیم و با همزن خوب به هم می زنیم تا مایع زولبیا صاف و یکدست شود. روغن جامد را اضافه کرده و در حین به هم زدن آب یا گلاب را همراه با زعفران حل شده به مایع اضافه می کنیم و آن را در قیف مخصوص می ریزیم. در این مرحله جوش شیرین را هم اضافه می کنیم و مایع را خوب به هم زده، در حالی که روغن روی شعله قرار دارد، زولبیا را توسط قیف در روغن کاملاً داغ به صورت دایره های بزرگ و کوچک فرم می دهیم و بلافاصله پس از کمی سرخ شدن آنها را پشت و رو می کنیم.

زولبیاها را در شربت قرار می دهیم و پس از ۱۵-۱۰ دقیقه آنها را از شربت خارج کرده و در صافی قرار می دهیم تا شربت اضافه آن خارج شود.

• یادآوری: برای سرخ کردن بامیه و زولبیا و گوش فیل از روغن مایع استفاده کنید، چون روغن جامد باعث سفت شدن آنها خواهد شد.

• بامیه

• مواد لازم

آرد ۲۰۰ گرم

آب ۲۰۰ گرم

تخم مرغ ۳ عدد

روغن جامد يك قاشق سوپخوری

شکر نیم کیلو

نمك يك سوم قاشق چایخوری

آب ۱۵۰ گرم

آبلیمو ۲ قاشق سوپخوری

گلاب کمی

• طرز تهیه :

آب را جوش آورده، با شعله ملایم آرد را اضافه می کنیم و مرتب به هم می زنیم تا خمیر تقریباً سفتی به دست آید. بعد روغن را اضافه کرده و مرتب به هم می زنیم (در حدود ۲-۳ دقیقه)، به طوری که خمیر به صورت يك تکه درآید. سپس بعد از کمی سرد شدن خمیر، تخم مرغ ها را یکی یکی اضافه می کنیم و خوب خمیر را ورز می دهیم تا خمیر نرم و لطیف شود. برای این که بامیه رنگ زیباتری به خود بگیرد، بهتر است از شربت بامیه يك قاشق سوپخوری به خمیر بامیه اضافه کرده و با خمیر مخلوط کنیم. بعد خمیر را در قیف با ماسوره کنگره دار متوسط می ریزیم و سپس در روغن مایع سرخ می کنیم.

برای سهولت کار بهتر است روغن را کمی داغ کرده، بامیه ها را به وسیله دست و یا با قیچی مخصوص آشپزخانه در روغن ریخته، بعد آن را روی حرارت مستقیم قرار دهیم تا بامیه ها سرخ شوند. بامیه ها را در حین سرخ شدن مرتب به هم می زنیم تا به هم نچسبند و يك دست سرخ شوند. بامیه ها را در همان حال که داغ می باشد، به شربت گرم اضافه می کنیم تا شربت را خوب به خود جذب کنند، در غیر این صورت بامیه ها

شریت را جذب نخواهند کرد. اگر بامیه پس از چند ساعت شریت خود را از دست داد، علت آن رقیق بودن شریت می باشد.

• گوش فیل

• مواد لازم :

تخم مرغ ۲ عدد

ماسه نصف فنجان

روغن جامد يك قاشق سوپخوری

بیکنگ پودر يك قاشق چایخوری

آرد به مقدار کافی

• طرز تهیه:

در ظرف گودی ماسه و تخم مرغ و بیکنگ پودر را خوب به هم می زنیم و روغن را اضافه کرده و آرد را کم کم اضافه می کنیم تا خمیر صاف و يك دستی تهیه شود. سپس آن را چند قسمت کرده و چانه می گیریم و روی خمیر را با نایلون می پوشانیم تا سطح خمیر خشک نشود و جا بیفتد. بعد از یکی دو ساعت هر يك از خمیرها را با وردنه روی میز به قطر ۲ میلی متر پهن کرده و با قالب گردی خمیر را به صورت دایره قالب می زنیم. سپس يك طرف دایره را جمع کرده و در روغن داغ سرخ می کنیم . سپس روی آنها پودر قند می پاشیم و در ظرف می چینیم.

• نکاتی در مورد تهیه گوش فیل:

۱- در صورتی که بخواهید روی گوش فیل پودر شکر بپاشید، در این صورت قطر خمیر را کمی نازک تر کنید.

۲- گوش فیل را می توانیم به شکلهای، مختلفی مانند مربع، پاپیونی و برگ هم در بیاوریم.

۳- اگر روغن گوش فیل سرد باشد، خمیر پف نخواهد کرد.

۴- اگر شریت رقیق باشد، گوش فیل زود نرم و بیات می شود.

منبع : سایت گل پسر

<http://vista.ir/?view=article&id=7152>

طرز تهیه فالوده با نودل برنج چینی

- مواد لازم:

- شکر سفید ۲ پیمانه.

- آب ۲ پیمانه.

- گلاب ۴/۱ پیمانه.

- نودل برنج چینی ۱۰۰ گرم

- طرز تهیه:

- شکر را در اب بکمک حرارت حل کرده و پس از سرد شدن کامل گلاب را به ان

- اضافه و با ظرف فلزی بمدت ۴ الی ۵ ساعت داخل فریزر قرار دهید.

- نودل برنج را خورد کرده بمدت ۱۵ دقیقه در اب جوش با حرارت ملایم بجوشانید.

- نودل آماده شده را داخل صافی ریخته و اب سرد رویش ریخته و سپس کناری میگذاریم پس از بسته شدن اب شکر(۴ الی ۵ ساعت) با نودل آماده مخلوط و با اب لیموآماده سرو میباشد

برای نگهداری طولانی، می توان در ظروف کوچکتر داخل فریزر گذاشت و نیم ساعت قبل ازمصرف خارج و پس از بازشدن به ان آب لیمو اضافه ومیل کرد.



منبع : ترانه ها

<http://vista.ir/?view=article&id=96449>

طرز تهیه نان برنجی کرمانشاهی



• مواد لازم :

- آرد برنج نیم کیلو
- شکر ۲۰۰ گرم
- تخم مرغ ۱ عدد
- کره یا روغن کرمانشاهی ۲۰۰ گرم
- گلاب نصف فنجان قهوه خوری
- زعفران آب شده یک قاشق مرباخوری
- خرفه یا سیاه دانه به مقدار لازم

• طرز تهیه :

(۱) ابتدا آرد برنج را الک می کنیم.

(۲) آرد را با روغن مخلوط کرده و کمی آن را ورز می دهیم تا روغن در آرد حل شود.

(۳) شکر را در نصف لیوان آب حل کرده و روی حرارت قرار می دهیم تا بصورت شربت درآید.

(۴) بعد از سرد شدن شربت، آن را به آرد اضافه می کنیم.

(۵) تخم مرغ را به همراه زعفران و گلاب به مخلوط آرد اضافه می کنیم و خمیر را ورز می دهیم.

(۶) خمیر را مدت ۵ ساعت در جای مناسبی با دمای معتدل قرار می دهیم و روی آن با پارچه ی تمیزی می پوشانیم. خمیر را نباید در یخچال بگذاریم، ولی در گرما هم نباشد.

(۷) بعد از ۵ ساعت آن را مجددا کمی ورز می دهیم و از خمیر، تکه هایی به صورت گردو درست می کنیم و در کف دستمان کمی پهن می کنیم.

(۸) چند دانه خرفه (سیاه دانه) روی شیرینی ها می ریزیم و در سینی فر می چینیم.

(۹) سینی حاوی شیرینی ها را در طبقه ی وسط فری که از قبل روشن کرده ایم و دمای آن ۱۷۰ درجه است، برای ۲۰ دقیقه تا نیم ساعت قرار می دهیم.

این شیرینی را می توانید خارج از یخچال و در محل خنکی نگهداری کنید.

منبع : ترانه ها

<http://vista.ir/?view=article&id=97544>

طرز تهیه نان خامه ای

- مواد لازم
 - آرد ۱ پیمانه (۱۰۵ گرم)
 - آب ۱ پیمانه (۱۶۰ گرم)
 - روغن جامد یا کره ۵۰ گرم
 - نمک سرچاقو
 - تخم مرغ ۳-۴ عدد
 - خامه به مقدار لازم
- دستور تهیه



آرد را با روغن جامد و نمک در یک قابلمه بهجوش می آوریم آرد را الک کرده و یکبار در آب جوش خالی می کنیم و سریع و بدون وقفه با قاشق چوبی هم می زنیم تا خمیر گلوله شود و از ته قابلمه جدا گردد خمیر را در ظرف جداگانه میگذاریم تا خنک شود پس از خنک شدن خمیر تخم مرغ را یک به یک در خمیر می شکنیم و هم می زنیم هر تخم مرغ را باید موقعی به خمیر اضافه کنیم که تخم مرغ قبلی کاملاً به خورد خمیر رفته باشد خمیر باید نرم و براق باشد و از قاشق به سنگینی فرو ریزد فر را روی ۲۳۰ درجه سانتیگراد گرم می کنیم کف سینی را کاغذ روغنی پهن می کنیم و خمیر را در قیف خامه ریزی با ماسوره شکوفه می ریزیم و به صورت لقمه های کوچک در سینی با فاصله می گذاریم سینی را در فر قرار می دهیم و به مدت ۱۵-۲۰ دقیقه می پزیم . نان ها را پس از سرد شدن با خامه زده شده یا کرم پاتیسیر پر می کنیم . نکات لازم: ۱۰ دقیقه اول در فر را باز نمی کنیم برای بهتر پف کردن نان خامه ای نصف لیوان آب را کف فر داغ خالی می کنیم و در فر را می بندیم تا بخار زیاد داخل فر جمع شود . نان خامه ای را به اشکال مختلف می توان درست نمود.

طرز تهیه باسلق

• مواد لازم :

- نشاسته ۱۰۰ گرم
- شکر ۲۰۰ گرم
- گلاب نصف لیوان
- آب سرد دو لیوان
- روغن مایع یک قاشق چایخوری



- مغز گردو ۱۰۰ گرم

- پودر نارگیل ۱۵۰ گرم

• طرز تهیه :

در یک ظرف تفلون نشاسته را با آب سرد حل کرده و سپس روی حرارت ملایم گذاشته تا کاملاً حل شود باید خیلی مراقب بود تا گلوله نشود .
وقتی مایع حل و نرم شد شکر و گلاب و روغن را اضافه کرده و مرتب هم زده تا مایع به قدری غلیظ شود که بصورت یک خمیر در وسط ظرف بماند .
سپس از روی حرارت برداشته و مغز گردو را با آن مخلوط کرده و می گذاریم تا خنک شود.
وقتی خنک شد آن را به مدت ۱ ساعت در یخچال می گذاریم تا کاملاً صفت شود بعداندکی دست خود را چرب کرده و مایع خمیر شکل خود کمی ورز می دهیم و بعد بصورت لوله های به قطر ۲ سانت درآورده و در پودر نارگیل می غلطانیم .

منبع : ترانه ها

فاستِ لاون Fastelaven

- مواد لازم برای ۲۴ عدد:
 - ۳,۵ دسی لیتر شیر
 - ۱۰۰ گرم کره
 - ۵۰ گرم مایه خمیر
 - نیم کیلو یا تقریباً یک لیتر آرد
 - ۱ دسی لیتر شکر
 - ۱ قاشق چای خوری هل
 - ۱ عدد تخم مرغ
- مواد لازم برای خامه:
 - ۲,۵ دسی لیتر خامه مایع
 - ۲ قاشق سوپ خوری شکر



- ۱ قاشق چای خوری شکر وانیل
- ۱ قاشق سوپ خوری پودر قند
- ظروف و وسایل لازم:

ماشین هم زن آشپزخانه (اگر ندارید بازوی مبارک را همراه با هم زن دستی استفاده کنید) یک سینی فر

- طرز تهیه:

کره را آب کنید بعد از آب شدن آنرا با شیر مخلوط کنید، معمولاً حرارت آن باید حدوداً ۳۷ درجه باشد آنرا در ظرف هم زن بریزید، شکر را هم داخل آن بریزید، حالا مایه خمیر را در ظرف خورد کنید و ماشین هم زن را روشن کنید. اول هل را با آرد مخلوط کنید سپس با الک یا یک آب کش کوچک آرد را کم کم به آن بیفزایید. آرد را به این دلیل به کمک الک یا آب کش به آن می‌افزایم تا نان‌های خامه‌ای یک نواخت تر شوند و بهتر پف کند.

وقتی خمیر آماده شد ظرف خمیر را با یک تیکه پلاستیک بپوشانید و آنرا در جای گرمی (حدوداً ۳۷ درجه سانتی گراد) قرار دهید. بگذارید تا حجم خمیر دوبرابر شود (تقریباً ۴۵ دقیقه).

وقتی خمیر آماده شد آنرا به ۲۴ قسمت مساوی تقسیم کنید مقدار خیلی کم آرد روی میز بریزید و قطعات خمیر را با کف دست روی میز کار گرد کنید. سینی فر را با کاغذ قنادی بپوشانید و گلوله‌های خمیر را با فاصله روی آن بگذارید حالا روی گلوله‌های خمیر را با پلاستیک یا پارچه‌ای بپوشانید و آنها را مجدداً برای پف کردن به مدت ۲۰ تا ۳۰ دقیقه به حال خود رها کنید.

در این مدت فر را تا ۲۳۰ درجه سانتیگراد گرم کنید وقتی خمیرها آماده شد و فر هم گرم شد تهم مرغ را با چنگاه بزنید و با قلم مو روی خمیرها بزنید و آنها را در وسط فر برای مدت ۱۰ تا ۱۵ دقیقه بپزید.

وقتی نان خامه‌ای‌ها آماده شد آنها را بگذارید سرد شود. خامه مایع را همراه با ۲ قاشق سوپ خوری شکر و یک قاشق چای خوری شکر وانیل با ماشین هم زن خوب بزنید تا خامه سفت شود.

وقتی نان خامه ای‌ها سرد شد آنها را با چاقو نصف کنید و یک قاشق خامه را روی یک طرف آن بگذارید طرف دیگر را روی آن قرار بدهید وقتی همگی آماده شد مقداری پودر قند را با یک الک روی آن بپاشید.

منبع : چنچه

<http://vista.ir/?view=article&id=88419>

 **vista.ir**
Online Classified Service

فالوده

فالوده در واقع نوعی بستنی است که شیر در ترکیب آن به کار نرفته است. فالوده شیرازی یکی از معروفترین فالوده های کشور است که از رشته های باریک و بلند نشاسته تشکیل شده است. فالوده یزدی نوع دیگری از فالوده است که رشته های ضخیم و کوتاه تری دارد.

برای تهیه فالوده شیرازی، گندم را دو سه روزی در آب خیس می کنند تا



سبوس آن جدا شود، خمیر سفید باقی مانده را در دستگاهی به شکل سیلندری که انتهایش پر از سوراخ است می ریزند (شبيه چرخ گوشت) و رشته هایی را که از سوراخ ها بیرون می آید به آب یخ اضافه می کنند تا منجمد شود، سپس رشته ها را در شیر شکر یا انواع میوه ها می خوابانند تا برای خوردن آماده شود. طعم هایی که می شود به فالوده اضافه کرد این هاست: آب لیمو، به لیمو، آب شاتوت، گلاب، عرق های گیاهی مثل شاه



تره و شاه نسترن.

منبع : کلوب

<http://vista.ir/?view=article&id=104270>

 **vista.ir**
Online Classified Service

فرنی

- مواد لازم:
- شیر يك كيلو
- آرد برنج كاملاً نرم ۱۰۰ گرم
- شکر ۱۵۰ گرم
- گلاب يك استکان
- نمك يك چهارم قاشق چایخوری
- دارچین و پودر پسته برای تزئین به مقدار کم
- طرز تهیه :

در يك قابلمه آرد برنج، شکر و نمك را ریخته و شیر را کم کم به آن اضافه



کنید و به هم بزنید تا آرد برنج در شیر حل شود . ظرف را روی حرارت ملایم اجاق قرار دهید و مرتب هم بزنید تا فرنی شما جوش بیاید . در این مرحله گلاب را هم اضافه کرده و ظرف را روی صفحه شعله پخش کن قرار دهید و حرارت را کاملاً ملایم کنید تا فرنی جا بیفتد . معمولاً بعد از جوش آمدن فرنی، ۱۰-۱۲ دقیقه روی حرارت بماند کافی است . پس از آماده شدن فرنی، آن را در ظرف مورد نظر کشیده و پس از ۲-۳ دقیقه با پودر و دارچین روی فرنی را تزیین کنید.



• نکات تغذیه ای :

در ایام ماه رمضان شیر برنج و فرنی دسرهای مناسبی برای افطار می باشند. این دو دسر به دلیل دارا بودن شیر و غلات (برنج یا آرد برنج) از نظر پروتئینی کامل هستند زیرا اسید آمینه های موجود در لبنیات و غلات مکمل یکدیگر هستند. همچنین فرنی غذای مناسبی برای شروع غذای کمکی نوزادان می باشد که اگر برای کودک تهیه میشود، بهتر است مقداری کره به آن افزود.

<http://vista.ir/?view=article&id=74254>

vista.ir
Online Classified Service

فرنی بادام (حریره بادام)

- مواد لازم
- بادام خام ۳ عدد معادل ۱ قاشق مرباخوری پودر بادام
- شکر ۴ گرم معادل ۱ قاشق مرباخوری سر پر
- شیر ۲۱۰ گرم معادل يك لیوان پر
- آرد برنج ۱۰ گرم معادل ۱ قاشق غذاخوری سر پر
- چگونگی تهیه



ابتدا بادام را ۳ ساعت در آب جوش خیس کرده و سپس پوست آن را گرفته و پودر می کنیم . پودر بادام را با آرد برنج و شکر مخلوط کرده داخل شیر (جوشیده سرد) می ریزیم و روی حرارت ملایم بهم می زنیم تا قوام بیاید .



کره در ماه هشتم اضافه می شود و مقدار آن ۵ گرم است . این غذا برای کودکان در سن هفت ماهگی مناسب است .

• توجه : مواد لازم برای فرنی بادام کاملاً مشابه فرنی آرد برنج است که به آن بادام اضافه می شود .

منبع : شبکه جهانی جام جم

<http://vista.ir/?view=article&id=85091>

 **vista.ir**
Online Classified Service

فروماژ پرتقال

• مواد لازم (برای ۶-۵ نفر) :

• زرده ی تخم مرغ ۴ عدد

• شکر ۱ و یک چهارم پیمانه (۲۰۰ گرم)

• وانیل یک چهارم قاشق چای خوری

• آب پرتقال ۵/۲ پیمانه (۳۸۰ گرم)

• خامه ی پاستوریزه ۱ پیمانه (۲۰۰ گرم)

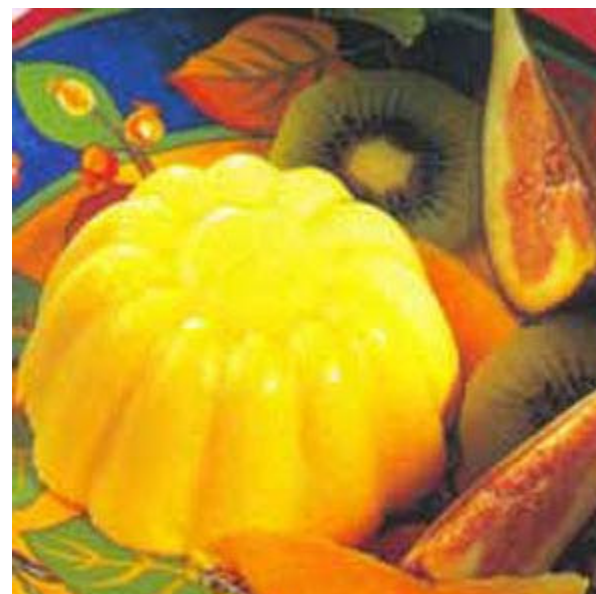
• ورق ژلاتین ضخیم ۴ ورق

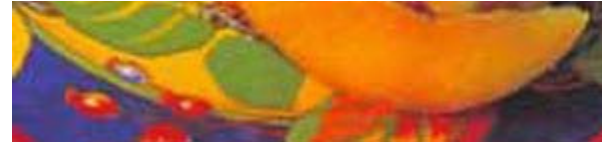
• رنده ی پوست پرتقال نصف قاشق چای خوری

• روش تهیه :

- زرده ی تخم مرغ، شکر و وانیل را با همزن بزنید تا کرم رنگ و غلیظ شود.

- ورق ژلاتین را در آب سرد نرم کرده و در یک دوم پیمانه آب جوش حل کنید.





- زرده ی مخلوط شده با وانیل و شکر را با آب پرتقال مخلوط کنید.
- سپس ژلاتین حل شده را اضافه کرده و مجدداً مخلوط کنید و هم بزنید.
- در این مرحله رنده ی پوست پرتقال و خامه را اضافه کنید.
- مایه ی کاملاً صاف و یکدست (اگر ناصاف بود از صافی رد کنید) را در ظرف مخصوص دسر بریزید و در یخچال قرار دهید.
- پس از ۳-۴ ساعت که کرم بسته شد، قالب دسر را در آب ولرم قرار دهید و بلافاصله در ظرف مخصوص سرو برگردانید.
- نکته :
- به جای ورق ژلاتین می توانید از چهار قاشق مرباخوری پودر ژلاتین استفاده کنید.

منبع : ترانه ها

<http://vista.ir/?view=article&id=96456>

 **vista.ir**
Online Classified Service

فرماتر پرتقال

- مواد لازم :
- پودر ژلاتین ۵/۱ قاشق سوپخوری
- رنده پوست پرتقال ۱ قاشق سوپخوری
- شکر سه چهارم پیمانه
- خامه نصف پیمانه
- تخم مرغ ۳ عدد
- پره های پرتقال برای تزئین ۱ پرتقال
- طرز تهیه :
- ۱) تخم مرغها را در کاسه بزرگی بشکنید و با همزن برقی به هم بزنید.



۲) شکر را به آن بیافزایید. آنقدر تخم مرغها را با همزن بزنید تا حجم آن زیاد یاد شود

۳) رنده پوست پرتقال به آن اضافه کنید

۴) ژلاتین را به مواد اضافه نمایید.

۵) خامه را بزنید تا کاملا سفت شود و فرم بگیرد و به مواد بالا اضافه کنید.

۶) قالب مناسبی انتخاب و پره های پرتقال را به صورت گل ته قالب قرار

دهید و مایه آماده را روی آن بریزید و ۳۴ ساعت در یخچال بگذارید. سپس از

یخچال بیرون بیاورید و قالب را در آب ولرم قرار دهید و سپس در ظرف مورد نظر برگردانید و با خامه و میوه یا ترافل رنگی و پاستیل تزئین کنید.



<http://gourmand.blogfa.com/۸۶۰۹.aspx>

<http://vista.ir/?view=article&id=102244>

 **vista.ir**
Online Classified Service

فینانسیه (فریان)

- مواد لازم:
- سفیده تخم مرغ: ۸ عدد؛
- پودر بادام: ۱۰۰ گرم؛
- آرد: ۱۰۰ گرم؛
- کره: ۲۰۰ گرم؛
- وانیل: یک چهارم قاشق مرباخوری؛
- شکر: ۳۰۰ گرم؛



• کره برای چرب کردن قالب ها: به میزان لازم.

• طرز تهیه:



اول قالب ها را چرب کنید و در یک سینی بچینید. ۲۰۰ گرم کره را در ظرفی

بریزید و روی آتش بگذارید تا به شکل روغن درآید و جرم آن طلایی شود، سپس از صافی رد کنید.

در کاسه ای آرد را الک کنید. شکر، پودر بادام، وانیل و سفیده تخم مرغ را اضافه کنید و هم بزنید. سپس روغن داغ را بتدریج به مخلوط اضافه کنید و هم بزنید.

مایه را با قاشق بزرگ در قالب ها بریزید و در سینی بگذارید. سینی را روی طبقه وسط فر با حرارت ۲۰۵ درجه سانتی گراد (۴۰۰ درجه فارنهایت، ۷ درجه ترمستات) به مدت ۲۰ دقیقه بگذارید تا بپزد. این مقدار مواد برای ۲۴ عدد در قالب مستطیل ۵ در ۱۰ به ارتفاع ۲ سانتیمتر کافی است.

منبع : خانواده ما

<http://vista.ir/?view=article&id=101567>

 **vista.ir**
Online Classified Service

قطاب

• مواد لازم:

• زرده تخم مرغ :: ۲ عدد

• ماست :: ۱۰۰ گرم

• آرد به اندازه نجسبیدن خمیر :: ۱۰۰ گرم

• بکینگ پودر :: یک قاشق مرباخوری

• بادام پوست گرفته :: ۲۵۰ گرم

• خاکه قند نرم :: ۱۲۵ گرم

• هل کوبیده نرم :: یک قاشق مرباخوری



• طرز تهیه :

بکینگ پودر وزرده تخم مرغ و روغن و ماست را مخلوط کرده آرد را بتدریج می ریزیم بهم می زنیم تا مایه خمیر شده بطوریکه بدست نجسبد و زیاد هم سفت و بدون کشش نشود. خمیر را در کیسه نایلونی میگذاریم یک تا دو ساعت بماند و خمیر ور بیاید د بادام و قند و هل را مخلوط میکنیم و از خمیر گلوله یی باندازه يك پرتقال برمی داریم روی میز را کمی آرد میپاشیم خمیر را با نورد بقطر تقریبا" نیم سانتیمتر باز می کنیم و با دهانه لیوان یا استکان دایره هایی میبریم وسط هر دایره را کمی از مایه بادام و قند میگذاریم دقت میکنیم که بادام و قند وسط خمیر قرار گیرد و اطراف آنرا آلوده نکند و دو طرف خمیر را روی هم می آوریم با دست اطراف آنرا بهم می چسبانیم و فشار می دهیم که بادام و قند درلای خمیر محفوظ مانده و خمیر شکل هلال پیدا کند وبا دقت دور خمیر را پیچ میدهم روغن فراوان داغ مینماییم و قطابها را در روغن سرخ می کنیم بعد با کفگیر قطابها را از روغن خارج کرده ودر صافی میگذاریم که روغن زیادی آن گرفته شود وبعد از کمی سرد شدن در خاکه قند می غلطانیم ودر ظرف می چینیم کمی پسته چرخ کرده روی آن می پاشیم ممکن است قطاب را در سینی بچینیم و در فر با حرارت سیصد و پنجاه درجه سانتی گراد بمدت نیم ساعت طبخ می کنیم و بعد از طلایی شدن از فر خارج نماییم و در خاکه قند بغلطانیم .

<http://vista.ir/?view=article&id=72756>

 **vista.ir**
Online Classified Service

قطاب

مواد لازم برای خمیر:

۲ عدد زرده تخم مرغ

يك دوم پیمانه ماست شیرین

يك دوم پیمانه روغن جامد

يك قاشق مرباخوری بکینگ پودر

آرد به اندازه ای که خمیر به دست نجسبد (حدود

۱۵۰ گرم)



مواد داخل قطاب: ۲۰۰ گرم گردو

۱۲۵ گرم شکر

يك قاشق سوپخوری هل کوبیده نرم

روغن مایع به مقدار کافی برای سرخ کردن قطاب

مقداری پودر قند برای روی قطاب ها

زرده تخم مرغ، روغن، ماست و بکینگ پودر را مخلوط

می کنیم. به تدریج آرد الك شده را اضافه می کنیم و

با دست مخلوط می کنیم تا خمیری حاصل شود که به دست نمی چسبد و زیاد هم سفت نیست. خمیر را در يك کیسه نایلونی قرار می دهیم تا ۲ الی ۳ ساعت بماند و ورپاید.

گردو را در تابه ای ریخته و کمی تفت می دهیم سپس با دست مالشی می دهیم تا پوست آن گرفته شود. این کار را دو تا سه بار انجام می دهیم تا کاملاً پوست گردو گرفته شود. آن را با چندضربه گوشت کوب خرد می کنیم و با هل و شکر مخلوط می کنیم.

مقداری از خمیر ورآمده را برمی داریم با وردنه و بر روی سطح صافی که کمی آرد روی آن پاشیده ایم باز می کنیم. خمیر را تا حد امکان نازک باز می کنیم و سپس با دهانه استکان به صورت دایره برش می دهیم. در وسط هر يك از این دایره های خمیری مقداری از مخلوط گردو می ریزیم و لبه های خمیر را با دست جمع می کنیم تا به صورت گلوله کوچکی درآید. تمام خمیر را به این صورت آماده می کنیم. روغن مایع را در يك ظرف کوچک خوب داغ می کنیم و قطاب ها را در آن سرخ می کنیم تا طلایی شوند. هر بار فقط ۲ تا ۳ عدد قطاب را در روغن می اندازیم. پس از سرخ شدن قطاب ها آنها را در يك صافی می اندازیم تا روغن اضافی آنها گرفته شود و سپس در پودر قند می غلتانیم.

منبع : روزنامه شرق

<http://vista.ir/?view=article&id=10848>

 **vista.ir**
Online Classified Service

قلب بادامی



- مواد لازم برای تهیه ۶۰ قلب
- کره ۲۵۰ گرم
- پودر قند ۱۰۰ گرم
- زرده تخم مرغ ۲ عدد
- بادام چرخ کرده ۱۰۰ گرم
- آرد ۳۵۰ گرم
- بادام پوست گرفته ۶۰ عدد
- طرز تهیه:

پودر قند یکدست را داخل ظرف می ریزیم، یک زرده تخم مرغ و کره را به آن می افزاییم و با همزن می زنیم، بادام چرخ کرده را به این صورت تهیه می کنیم که بادامها را در آب خیسانده و پس از چند ساعت از آب می گیریم، پوست آنها را می کنیم و در آسیاب له می کنیم. بادام چرخ کرده را به آن اضافه می کنیم. آرد را الک، به مخلوطمان اضافه کرده و به سرعت چنگ می زنیم تا یک خمیر تقریباً سفت به دست آید. آن را گلوله کرده در یک کاغذ آلومینیومی یا روحی می پیچیم و ۲ ساعت در یخچال قرار می دهیم. فر را از نیم ساعت قبل روی درجه ۲۰۰ درجه سانتی گراد می گذاریم. در یک سینی آرد می پاشیم، خمیر را روی آن کاملاً پهن می کنیم تا نازک شود قلب ها را با قالب در می آوریم (اگر قالب نداشتید، الگوی یک قلب را روی کاغذ بکشید و با چاقو قلب ها را در آورید)، زرده تخم مرغ دیگر را زده و روی



قلب ها می مالیم سپس بادامها را روی آنها می گذاریم و در طبقه وسط ۱۰ تا ۱۲ دقیقه می گذاریم تا بپزد. پس از پختن کمی صبر می کنیم تا ولرم شود، سپس با کارد پهنی آنها را از سینی جدا کرده و می گذاریم خنک شود.

منبع : ایرانیان انگلستان

<http://vista.ir/?view=article&id=92751>

قوریبه (Ghoraiybah)

- مواد لازم
 - یک فنجان کره
 - یک فنجان شکر الک شده
 - دو فنجان آرد
 - نصف قاشق چای خوری پودر هل
 - ۱۲ عدد بادام (به دلخواه)
 - زمان لازم: ۲۵ دقیقه
- این غذا یک کلوچه سنتی عربی است.
- این مقدار مواد برای ۲۴ نفر کافی است.

- طرز تهیه

اجاق را از قبل با ۳۰۰ درجه فارنهایت (۱۵۰ درجه سانتی گراد) روشن کنید. در یک کاسه متوسط، کره و شکر را با هم مخلوط کنید تا یکدست شود. سپس آرد و پودر هل را به آن بیفزائید تا کاملاً با هم مخلوط شوند. کمی از خمیر را برداشته و در دست به شکل نواری باریک درآورید. سپس دو سر آن را به هم وصل کرده و روی سینی فر بگذارید. تکه ای بادام روی محل اتصال دو سر خمیر گذاشته و کمی فشار دهید. سینی را به مدت ۲۰ دقیقه درون فر بگذارید، توجه داشته باشید که کلوچه ها باید سفید باقی بمانند و تنها شاید کناره های آن ها طلایی شود. می توانید برای تهیه این کلوچه ها از قالب نیز استفاده کنید.



[بهار نجفی]

منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=116373>

قهوه ترک

قهوه : ۱ قاشق مربا خوری
شکر : ۱,۵ قاشق مربا خوری
آب : ۱ فنجان

تهیه قهوه ترک شاید کار ساده‌ائی باشد ولی برای بهتر شدن آن باید دقت بیشتری به کار برد. برای هر نفر یک قاشق مربا خوری قهوه و ۱,۵ قاشق مربا خوری شکر و یک فنجان سر خالی قهوه خوری آب سرد در نظر می‌گیریم. ممکن است به جای آب شیر مصرف کنیم بدیهی است که قهوه یا شیر خوشمزه‌تر می‌شود.

طرز تهیه: قهوه و شکر و آب را در ظرف قهوه جوش می‌ریزیم و خوب مخلوط می‌کنیم قهوه جوش را روی حرارت ملایم می‌گذاریم تا جوش آمده و کف آن بالا بیاید.

نکته حساس به موقع برداشتن قهوه از روی آتش است یعنی باید به محض اینکه کف قهوه بالا آمد قبل از اینکه چند جوش بزند قهوه را از روی آتش برداشت و اول کف قهوه را که به خامه قهوه معروف است به تساوی در فنجان‌ها ریخت و بعد فنجان‌ها را با قهوه پر نمود.



<http://vista.ir/?view=article&id=56>

قهوه و ادویه

- مواد لازم برای هشت نفر
- هشت فنجان قهوه دم کرده
- یک سوم فنجان شکر
- ربع فنجان شکلات آب کرده
- نصف فنجان چایخوری عصاره بادیان
- چهار عدد چوب دارچین
- یک و نیم قاشق چایخوری گل میخک
- چوب دارچین (برای تزئین)
- زمان تهیه: ۱۲۰ دقیقه
- طرز تهیه

شکر، قهوه، شکلات و عصاره بادیان را در آرام پز بریزید. چوب دارچین ها را به همراه گل میخک در پارچه صافی قرار داده و درون آرام پز قرار دهید. در ظرف را گذاشته و آن را به مدت دو الی سه ساعت روشن بگذارید. سپس پارچه صافی را از آن خارج کرده نوشیدنی را در فنجان ریخته و در صورت تمایل با چوب دارچین تزئین کنید.



[فرشته علیزاده]

منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=121558>

کاپ کیک کودکان (cup cake)

- مواد لازم:
- شکر= ۱ لیوان
- کره= نصف لیوان
- تخم مرغ= ۳ عدد
- آرد= ۱ لیوان و نصف
- پکینگ پودر= ۲ قاشق غذاخوری
- شیر= نصف لیوان
- مواد لازم برای کرم:
- کره= ۴/۱ لیوان
- پودر کاکائو= نصف لیوان
- شیر= ۳/۱ لیوان
- وانیل= ۱ قاشق مرباخوری
- پودر شکر= ۳ لیوان



• طرز تهیه:

ابتدا شکر و کره و تخم مرغ را با هم مخلوط کرده، سپس آرد و پکینگ پودر و شیر را به آن اضافه می کنیم. در صورتیکه بخواهیم کیک شکلاتی بشود پودر کاکائو را هم به آن اضافه می کنیم. مایه را در ظرف های مخصوص کاپ کیک که قبلا چرب کرده ایم می ریزیم و در فر با درجه حرارت ۱۷۰ درجه سانتیگراد به مدت ۳۰ تا ۴۵ دقیقه می گذاریم تا کیک بپزد.

• طرز تهیه کرم:

کره و پودر کاکائو را با همزن خوب مخلوط کرده سپس شیر و وانیل و شکر نرم شده را به آن اضافه می کنیم. بعد از اینکه کیک سرد شد، کرم روی روی آن ریخته و در یخچال می گذاریم تا کمی خنک شود.

منبع : آشپزآنلاین

<http://vista.ir/?view=article&id=78762>

کاجی

- مواد لازم:
- آرد ۲ لیوان
- شکر ۲ لیوان
- کره ۲۵۰ تا ۳۰۰ گرم
- گلاب نصف فنجان
- زعفران سائیده یک قاشق چایخوری
- خلال بادام ۵۰ گرم
- پودر پسته و دارچین کمی
- طرز تهیه:



شکر را با ۴ لیوان آب می گذاریم بجوشد. سپس آن را صاف کرده، زعفران حل شده و گلاب را به آن اضافه می کنیم و آن را کنار می گذاریم. کره را در یک قابلمه ریخته، پس از آب شدن کره آرد را کم کم اضافه می کنیم. بعد با قاشق چوبی آن را مرتب به هم می زنیم. شعله را ملایم کرده و به هم زدن آن ادامه می دهیم تا رنگ آرد طلایی شود (برای تهیه کاجی نیاز به سرخ کردن آرد نمی باشد). در این مرحله نصف قاشق چایخوری نمک اضافه کرده و قابلمه را از روی حرارت برمی داریم و شربت را کم کم به آن اضافه می کنیم و مرتب به هم می زنیم تا مایع صاف و یک دست شود. خلال بادام را هم اضافه می کنیم و ظرف را مجدداً روی حرارت ملایم قرار می دهیم تا کاجی جا بیفتد . در صورتی که کاجی کمی سفت شد، می توانیم یک لیوان آب به آن اضافه کنیم و می گذاریم کاجی به روغن بیفتد.

در بعضی از نقاط ایران به کاجی چند عدد تخم مرغ اضافه می کنند و در آن را می گذارند تا تخم مرغ ها خودش را بگیرد. معمولاً این نوع کاجی را برای خانم های تازه زایمان کرده، می پزند.

برای تزئین روی کاجی می توانیم از پودر دارچین و پودر پسته استفاده کنیم.

• نکات تغذیه ای :

کاجی يك دسر ایرانی می باشد، ولی می توان آن را در شام به عنوان غذا به همراه نان میل کرد. کاجی به علت دارا بودن آرد و کره دارای انرژی زیادی می باشد و با افزودن تخم مرغ این انرژی بیشتر می شود. به عنوان مثال، انرژی حاصل از کره و آرد، به تنهایی، با مقادیر داده شده در تهیه این کاجی ، ۳۱۱۵ کالری می باشد که انرژی قابل توجهی است. به همین دلیل برای افراد لاغر و کسانی که دچار ضعف می شوند، دسر مناسبی می باشد.

<http://vista.ir/?view=article&id=74260>



کرامل شکلاتی مکزیکی

- مواد لازم برای ۴ نفر:
 - شکر ۱۲۰ گرم
 - آب ۲ قاشق غذاخوری
 - آب لیمو ترش نصف يك عدد
 - شیر (پاستوریزه) ۲۸۰ میلی لیتر
 - شکلات ۶۰ گرم
 - دارچین نکوبیده يك تکه
 - تخم مرغ يك عدد
 - زرده تخم مرغ ۲ عدد
 - شکر ۴ قاشق غذاخوری یا ۶۰ گرم
- طرز تهیه:





۱۲۰ گرم شکر را با آب و آب لیمو ترش در قابلمه کوچک ریخته و روی حرارت می گذاریم تا شکر حل شود. گاهی تابه را حرکت می دهیم ، ولی به هیچ وجه هم نمی زنیم و می گذاریم بجوشد و به رنگ کاراملی دربیاید. فر را از قبل با حرارت ۱۸۰ درجه سانتیگراد یا ۳۵۰ درجه فارنهایت گرم می کنیم. قالب را با کارامل می پوشانیم، به این ترتیب که کارامل را داخل قالب ریخته

و تکان می دهیم تا يك لایه از آن داخل قالب را بپوشاند و می گذاریم تا خنك شود.

شكلات را خرد کرده و داخل شیرمی ریزیم. سپس روی حرارت می گذاریم تا شكلات حل شود. بعد دارچین را هم اضافه می کنیم. يك عدد تخم مرغ و زرده ها را با باقی مانده ی شکر به هم می زنیم، سپس دارچین نکوبیده را از داخل شیر بیرون می آوریم و شیر گرم را در حال به هم زدن، به مخلوط تخم مرغ و شکر اضافه می کنیم. پس از آن مخلوط را داخل قالب ریخته و به صورت بن ماری* داخل فرمی گذاریم که ۲۰ تا ۳۰ دقیقه بماند یا تا وقتی که وسط دسرما خیلی کم بلغزد. سپس از داخل فر خارج کرده، می گذاریم خنك شود و بعد به مدت ۵ تا ۶ ساعت می گذاریم در یخچال بماند؛ آن گاه داخل ظرف بر می گردانیم. کافی است اطراف قالب را با نوک چاقو جدا کنیم و کمی قالب را تکان دهیم تا دسر به راحتی بیرون بیاید.

• بن ماری:

گرم کردن و حل کردن مواد غذایی روی بخار آب را طریقه بن ماری می گویند. به عنوان مثال : محتوی ظرف غذا را در ظرف آبی قرار داده و آن را روی حرارت اجاق قرارمی دهیم تا آب آرام آرام بجوشد و غذای سرد به این وسیله گرم شود و این بهترین و بهداشتی ترین روش برای گرم کردن غذا و حل کردن شكلات می باشد.

در طرز تهیه این دسر هم آمده است که قالب محتوی مواد دسر را در يك ظرف آب گرم قرار داده و در فرمی گذاریم تا به روش بن ماری تهیه شود.

<http://vista.ir/?view=article&id=74405>

 **vista.ir**
Online Classified Service

کارامل شکلاتی مکزیکی

• مواد لازم برای ۴ نفر:

- شکر، ۱۲۰ گرم
- آب، ۲ قاشق غذاخوری
- آب لیمو ترش، نصف یک عدد
- شیر (پاستوریزه)، ۲۸۰ میلی‌لیتر
- شکلات، ۶۰ گرم
- دارچین نکوبیده، یک تکه متوسط
- تخم‌مرغ، یک عدد
- زرده تخم‌مرغ، ۲ عدد
- شکر، ۶۰ گرم یا ۴ قاشق غذاخوری

• طرز تهیه:

۱۲۰ گرم شکر را با آب و آب لیمو ترش در یک قابلمه کوچک ریخته و روی حرارت می‌گذاریم تا شکر حل شود. گاهی تابه را حرکت می‌دهیم، ولی به هیچ وجه هم نمی‌زنیم و می‌گذاریم بجوشد و به رنگ کاراملی دربیاید. فر را از قبل با حرارت ۱۸۰ درجه سانتیگراد یا ۳۵۰ درجه فارنهایت گرم می‌کنیم. قالب را با کارامل می‌پوشانیم، به این ترتیب که کارامل را داخل قالب ریخته و تکان می‌دهیم تا یک لایه از آن داخل قالب را بپوشاند و می‌گذاریم تا خنک شود.



شکلات را خرد کرده و داخل شیرینی ریزیم. سپس روی حرارت می‌گذاریم تا شکلات حل شود. بعد دارچین را هم اضافه می‌کنیم. یک عدد تخم مرغ و زرده‌ها را با باقی مانده شکر به هم می‌زنیم، سپس دارچین نکوبیده را از داخل شیر بیرون می‌آوریم و شیر گرم را در حال به هم زدن، به مخلوط تخم مرغ و شکر اضافه می‌کنیم. پس از آن مخلوط را داخل قالب ریخته و به صورت بن ماری* داخل فر می‌گذاریم که ۲۰ تا ۳۰ دقیقه بماند. سپس از داخل فر خارج کرده، می‌گذاریم تا خنک شود و بعد به مدت ۵ تا ۶ ساعت می‌گذاریم در یخچال بماند؛ آن گاه داخل ظرف برمی‌گردانیم. کافی است اطراف قالب را با نوک چاقو جدا کنیم و کمی قالب را تکان دهیم تا دسر به راحتی بیرون بیاید.

- بن ماری: گرم کردن و حل کردن مواد غذایی روی بخار آب را طریقه بن ماری می‌گویند. به عنوان مثال، محتوای ظرف غذا را در ظرف آبی قرار داده و آن را روی حرارت اجاق قرار می‌دهیم تا آب آرام آرام بجوشد و غذای سرد به این وسیله گرم شود، این بهترین و بهداشتی‌ترین روش برای گرم کردن غذا و حل کردن شکلات است.

در طرز تهیه این دسر هم آمده است که قالب محتوی مواد دسر را در یک ظرف آب گرم قرار داده و در فر می‌گذاریم تا به روش بن ماری تهیه شود.

منبع : روزنامه اطلاعات

<http://vista.ir/?view=article&id=102212>

کاستر

- مواد لازم:

- پودر کاستر (آناناس) ۴ قاشق غذا خوری
- شیر ۸ پیمانه
- شکر ۷ قاشق غذاخوری (در صورت کمزه بودن بیشتر میزنیم)
- زعفران آبگرفته ۲/۱ قاشق غذاخوری
- شکلات تخته ای برای تزئین

- طرز تهیه:

پودر کاستر را همراه شکر و شیرخوب مخلوط میکنیم و روی حرارت قرار میدهیم. آنقدر هم میزنیم تا خوب سفت شود و زعفران را به آن اضافه میکنیم باید مواظب باشیم که ته نگیرد زیرا سریعاً میسوزد. حرارت را کم میکنیم به طور مداوم هم میزنیم. وقتی خوب سفت شد در یک ظرف برای نمونه ۱ قاشق ریخته و در یخچال قرار میدهیم اگر بعد از ۵ دقیقه از ظرف جدا شد آماده است.

اگر مواد را در ظرف ریختیم و شل بود بطوریکه خود را نگرفت میتوانیم دوباره آن را بجوشانیم و در ظرف بریزیم و با شکلات تخته‌ای آبشده همراه با روغن، روی ظرفهای کاستر بدهیم.



منبع : هنر در خانواده

کاستر و ژله

- مواد لازم:

- پودر کاستر ۲ قاشق غذا خوری

- شیر ۴ لیوان سرخالی

- شکر ۷ قاشق غذاخوری

- مواد لازم ژله:

- پودر ژلاتین ۳۰ گرم

- شکر ۳۰۰ گرم

- آب یک لیتر

- رنگ قرمز - سبز چند قطره

- اسانس چند قطره

- طرز تهیه:

ژله را مانند ژله ساده آماده میکنیم و میگذاریم خنک شود.

در ۲ طرف یکی ژله سبز درست میکنیم و یکی ژله قرمز رنگ. کاستر را طبق

دستور آماده کرده و وقتی سفت شد از روی حرارت بر میداریم. ژله قرمز را در ظرف ژله ریخته تا خود را ببندد. سپس بر میداریم. ژله قرمز را در ظرف

ژله ریخته تا خود را ببندد. سپس آنرا بیرون آورده و کاستر کمی خنک شده را روی آن ریخته مجدداً در یخچال قرار میدهیم تا ببندد. بعد از یک ساعت

که ژله و کاستر بسته شد ژله سبز رنگ را آماده میکنیم روی کاستر ریخته، در یخچال قرار میدهیم. این ژله سه رنگ را میتوان در پیرکس شیشه-

ای ریخت که احتیاج به برگرداندن ظرف هم ندارد و روی آن را با خامه فرم گرفته و خلال پسته تزئین میکنیم.



منبع : هنر در خانواده

<http://vista.ir/?view=article&id=79636>

کافه گلاسه عربی

• مواد لازم:

- بستنی شکلاتی= ۱ فنجان
- بستنی ساده= ۲/۱ فنجان
- شیر= ۱ و ۲/۱ فنجان
- شکر= ۴/۱ فنجان
- خامه فرم گرفته= ۲ قاشق سوپخوری
- پودر قهوه= ۱ قاشق غذاخوری
- پودر کاکائو= ۱ قاشق مرباخوری

• طرز تهیه:

بستنی ساده و شکلاتی را از یخچال بیرون گذاشته و پس از نرم شدن با هم مخلوط کنید تا بستنی شکلاتی کمرنگی بدست آید. سپس در فریز گذاشته تا کاملاً سفت شود. شیر و قهوه را با هم مخلوط کنید. سپس شکر

را افزوده روی حرارت بگذارید تا بجوش آید و شکر و قهوه حل شود. بعد از ولرم شدن آن را در ظرف استیل ریخته، در یخچال بگذارید تا کاملاً سرد شود. داخل لیوان های مورد نظر را با شیر مرطوب کرده یک طرف لیوان را پودر کاکائو بپاشید سپس نصف لیوان را با بستنی پر کنید و شیر قهوه آماده را روی بستنی ریخته و با خامه فرم گرفته روی آن را تزئین کرده و سرو کنید. نوش جان!



منبع : آشپزآنلاین

کالبورا باستی

• مواد لازم:

- آرد گندم=حدود ۳۵۰ گرم
- روغن مایع=۱۵۰ گرم
- مارگارین=۲۰۰ گرم
- ماست=۳ قاشق غذاخوری
- تخم مرغ=۱ عدد
- بیکینگ پودر=۱ قاشق مراخوری
- نمک=۴/۱ قاشق چایخوری
- مغز گردو نیم کوب شده=۲۰۰ گرم

• مواد لازم برای شربت:

- شکر=۸۵۰ گرم
- آب=۶ لیوان
- آب لیمو ترش=چند قطره



• طرز تهیه:

در ظرفی مناسب مارگارین را روی حرارت ملایم آب کنید. بعد روغن مایع را اضافه کرده بجوشانید. سپس آرد را افزوده و چند دقیقه هم بزنید و از روی حرارت بردارید. بعد از خنک شدن مایه آرد، به آن تخم مرغ، ماست، نمک و بیکینگ پودر اضافه کنید. همه مواد را خوب هم بزنید تا خمیر نرمی بدست آید. به اندازه یک لیمو از خمیر بردارید و خمیر را با دست روی رنده پهن کنید تا برآمدگی های رنده روی خمیر بیفتد. وسط خمیر را با یک قاشق مرباخوری مغز گردوی نیم کوب شده پر کرده، خمیر را ببندید و بدون اینکه سینی فر را چرب کنید، شیرینی ها را در آن بچینید. فر را از قبل با

درجه حرارت ۱۸۰ درجه سانتیگراد گرم کنید و سینی فر را در طبقه وسط بگذارید و صبر کنید تا رنگ شیرینی ها طلایی شود.

• طرز تهیه شربت:

برای درست کردن شربت شیرینی، شکر و آب را در ظرفی بجوشانید تا غلیظ شود. بعد چند قطره آب لیموترش به شربت بیفزایید و چند دقیقه دیگر بجوشانید. شربت را خنک کنید و هنگام سرو به میزان دلخواه روی شیرینی ها بریزید.

منبع : آشپزآنلاین

<http://vista.ir/?view=article&id=80820>



کدام درجه، کدام شیرینی

نکات مهم و ضروری در آشپزی و شیرینی‌پزی (آموزش آشپزی و پختن غذا و شیرینی‌پزی): درجه حرارت فر در فرهای مختلف بر اساس سانتی‌گراد و فارنهایت است که با در دست داشتن جدول زیر می‌توان هر کیک یا شیرینی را در هر فری به راحتی پخت.

- توجه:

با وجود داشتن این جدول، حتما به دستورالعمل فر نیز توجه کنید. فرهایی که حداکثر حرارت آنها ۵۰۰ یا ۵۵۰ باشد بر اساس فارنهایت تنظیم شده‌اند.

فرهایی که حداکثر حرارت آنها ۲۵۰ تا ۳۰۰ درجه است بر اساس سانتی‌گراد تنظیم شده‌اند.



تبدیل درجه‌های سانتی‌گراد به فارنهایت یا برعکس دارای فرمول است ولی می‌توان به صورت تقریبی درجه فارنهایت را نصف کرد و درجه سانتی‌گراد را به دست آورد مثلا اگر حرارت روی ۴۰۰ درجه فارنهایت باشد باید فرهای سانتی‌گرادی را روی درجه ۲۰۰ تنظیم کرد.

برای طبخ انواع شیرینی یا غذا باید فر را حداقل ۳۰-۱۵ دقیقه قبل از پخت گرم کرد.

نکات مهم در مورد پیمانه‌های شیرینی‌پزی که از آنها در این بخش استفاده می‌شود:

در تهیه شیرینی و کیک‌هایی که ارائه می‌شود از نوع پیمانه‌ها استفاده شده است: پیمانه یک، یک‌دوم، یک‌سوم و یک‌چهارم است که مقدار پیمانه یک یا کامل از مواد مختلف به قرار زیر می‌باشد:

پیمانه‌ها را همیشه با قاشق پرکنید و هیچ‌گاه خود پیمانه را در آرد و روغن فرو نکنید.

هوای اضافی داخل مواد جامد را با حرکت عمودی قاشق در پیمانه بگیرید و روی پیمانه را با کارد صاف کنید.

اندازه تخم‌مرغ مصرفی در دستورات به مقدار تقریبی ۵۰-۶۰ گرم است که معادل وزن یک تخم‌مرغ متوسط با پوست می‌باشد.

اگر در دستور العمل‌ها مقدار وزنی تخم‌مرغ داده شده است، ابتدا آن را به آرامی هم زده سپس مقدار مورد نیاز را وزن و جدا می‌کنیم، توجه کنید که تخم‌مرغ باعث تغییر طعم شیرینی می‌شود بنابراین حتما مقدار ذکرشده باید مصرف شود. هر جا کلمه تخم‌مرغ به تنهایی ذکر شد منظور یک تخم‌مرغ کامل است.

در ادامه نکات جالبی که در مورد مقدمات آشپزی گفته شد، روش تهیه یک شیرینی ساده برای مهمانی‌های کوچک را برایتان بیان می‌کنیم. سعی کرده‌ایم شیرینی‌ای را انتخاب کنیم که اکثر مواد آن در خانه‌تان وجود داشته باشد.

• شیرینی‌های لذیذ

دوستان، تهیه شیرینی در منزل نیاز دارد شما مواد اولیه را در منزل داشته باشید یا تهیه کنید.

از مقدمات تهیه شیرینی وزنه دقیق است که تا دقت ۵ گرم را به خوبی نشان دهد، یک یا چند قالب که بیشتر استفاده می‌شود را انتخاب نمایید، مثل قالب مناسب برای تهیه کیک که بهتر است تفلون باشد و چند قالب کوچک و شکل‌دار برای تهیه شیرینی، یک قالب کم‌عمق برای پختن تارت‌ها داشته باشید. همزن نیز از وسایل اصلی کیک است.

لازم نیست همه این وسایل را به یک‌باره بخرید بلکه می‌توانید آنها را کم‌کم تهیه کنید، در ابتدا بهتر است موادی را که بیشتر استفاده می‌شود تهیه کنید و در منزل داشته باشید.

ادویه‌ها مثل زنجبیل، دارچین، پودر پوست لیمو ترش، پودر نارگیل، بادام، شکلات، وانیل، آرد گندم، پودر سیب زمینی، آرد ذرت و...

این وسایل را تهیه کنید و مطالب آشپزی ما را دنبال نمایید.

• قلب بادامی

• طرز تهیه:

پودر قند یک‌دست را داخل ظرف می‌ریزیم، یک زرده تخم‌مرغ و کره را به آن می‌افزاییم و با همزن می‌زنیم، بادام چرخ کرده را به این صورت تهیه می‌کنیم که بادام‌ها را در آب خیسانده و پس از چند ساعت از آب می‌گیریم، پوست آنها را می‌کنیم و در آسیاب له می‌کنیم. بادام چرخ کرده را به آن اضافه می‌کنیم. آرد را الک، به مخلوطمان اضافه کرده و به سرعت چنگ می‌زنیم تا یک خمیر تقریباً سفت به دست آید. آن را گلوله کرده در یک کاغذ آلومینیومی یا روحی می‌پیچیم و ۲ ساعت در یخچال قرار می‌دهیم. فر را از نیم ساعت قبل روی درجه ۲۰۰ درجه سانتی‌گراد می‌گذاریم. در

یک سینی آرد می‌پاشیم، خمیر را روی آن کاملاً پهن می‌کنیم تا نازک شود قلب‌ها را با قالب در می‌آوریم (اگر قالب نداشتید، الگوی یک قلب را روی کاغذ بکشید و با چاقو قلب‌ها را در آورید)، زرده تخم‌مرغ دیگر را زده و روی قلب‌ها می‌مالیم سپس بادام‌ها را روی آنها می‌گذاریم و در طبقه وسط ۱۰ تا ۱۲ دقیقه می‌گذاریم تا بپزد. پس از پختن کمی صبر می‌کنیم تا ولرم شود، سپس با کارد پهنی آن را از سینی جدا کرده و می‌گذاریم خنک شود.

منبع : روزنامه کارگزاران

<http://vista.ir/?view=article&id=108229>



کرانچ خرما

- مواد لازم
- بیسکویت ۱ پاکت ۲۲۵ / گرم
- خرما بدون هسته ۷۵ گرم
- کره ۷۵ گرم
- شهد خرما ۲ قاشق غذاخوری
- کشمش ۷۵ گرم
- شکلات شیری یا قهوه ای ۱۵۰ گرم
- ۲۴ عدد - زمان آماده سازی ۱۰ دقیقه
- طرز تهیه



روی یک طرف کم عمق را با فویل بپوشانید. بیسکویت ها را داخل یک پلاستیک بریزید و با وردنه روی آن بکوبید تا خرد شود. خرماها را خرد کنید . کره و شهد را با هم در یک ظرف گرم کنید تا وقتی که کره کاملاً آب شود. بیسکویت های خرد شده و خرما و کشمش را با هم مخلوط کنید و روی فویل بریزید و با پشت قاشق آن را صاف کنید. شهد

و کره را روی بیسکویت ها بریزید و صبر کنید تا کاملاً خنک شوند. شکلات ها را داخل يك کاسه بریزید و به روش بن ماری* آب کنید و سپس با قاشق روی مخلوط روی بیسکویت بمالید و با يك کاردك صاف کنید. بعد از آن که سرد شد، مخلوط را با فویل از طرف جدا کنید و سپس فویل را از زیر بیسکویت ها جدا کرده بیسکویت ها را به ۲۴ قسمت تقسیم کنید و داخل ظرف بگذارید.

* بن ماری: گرم کردن کره یا شکلات با قرار دادن آن روی بخار یا آب جوش

اشرف پورمند

منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=79756>

 **vista.ir**
Online Classified Service

کرپ پرتقالی

- مواد لازم برای خمیر کرپ:
 - آرد ۴/۳ لیوان
 - تخم مرغ ۱ عدد
 - شیر ۱ لیوان
 - کره آب شده ۲ قاشق سوپخوری
 - پودر قند کمی
- مواد لازم برای بادام و پرتقال:
 - کره ۱۰۰ گرم
 - شکر ۲ قاشق سوپخوری
 - بادام پودر شده ۲/۱ لیوان



▪ رنده پوست پرتقال ۱ قاشق سوپخوری

▪ آب پرتقال ۲ قاشق سوپخوری



▪ اسانس بادام چند قطره

• طرز تهیه:

آرد، تخم مرغ و ۲/۱ لیوان از شیر را با هم مخلوط کنید و بعد از ۱۰ ثانیه بقیه شیر و کره آب شده را به مواد بیفزایید و با همزن بزنید تا صاف و یکدست شود. خمیر را داخل پارچ بریزید و نیم ساعت به آن استراحت دهید.

تابه مناسبی را انتخاب کنید و روی حرارت بگذارید. کف آن را با کمی کره چرب کنید و وقتی به اندازه کافی گرم شد ۴/۱ لیوان از خمیر کرب را داخل تابه بریزید. تابه را تکان دهید تا در همه جای تابه پخش شود. ۳۰ ثانیه آن را بپزید و داخل ظرف بگذارید. روی کرب را با پارچه بپوشانید تا گرم بماند. برای درست کردن بادام و پرتقال ابتدا کره نرم را با همزن بزنید تا به شکل کرم درآید. بعد شکر و پودر بادام را اضافه و مخلوط کنید. در انتها رنده پوست پرتقال، اسانس بادام و آب پرتقال را اضافه کنید.

فر را با ۳۵۰ درجه فارنهایت گرم کنید. داخل هر کرب یک قاشق سوپخوری از مخلوط بالا بمالید و چهارتا کنید (ابتدا به نیم و بعد به یک چهارم تا کنید) کرب ها را داخل ظرف پیرکس چرب شده بگذارید و روی آن را پودر قند الک کنید. ۱۰ تا ۱۵ دقیقه کرب ها را گرم کرده و با بستنی سرو کنید. کرب را می توان با سبزیجات و گوشت به عنوان غذا سرو کرد یا با انواع کرم ها، خامه و میوه به عنوان دسر استفاده کرد.

• نکته: برای تهیه خمیر کرب همیشه اول آرد و شیر را با هم مخلوط کنید و پس از آن تخم مرغ را اضافه کنید. این روش موجب جلوگیری از به وجود آمدن دانه های سفت داخل خمیر خواهد شد.

منبع : زنده رود

<http://vista.ir/?view=article&id=95954>

 **vista.ir**
Online Classified Service

کرب موز

کرپهای فرانسوی را میتوان با مواد گوشتی، پنیر و انواع مواد شیرین پر کرد،



اما این کرپها که با موز، سسی شیرین و خامه سرو میشوند، چیز دیگری هستند.

• مواد لازم:

- ۱ پیمانه آرد
- ¼ پیمانه شکر نرم
- ۲ عدد تخم مرغ
- ۱ پیمانه شیر
- ۳ ق.س. کره آب شده
- ۱ ق.چ. اسانس وانیل
- ¼ ق.چ. نمک
- ¼ پیمانه کره



▪ ¼ پیمانه شکر قهوه ای

▪ ¼ ق.چ. پودر دارچین

▪ ¼ ق.چ. پودر جوز هندی

▪ ¼ پیمانه مخلوط مساوی شیر و خامه

▪ ۶ عدد موز که از درازا دو نیم شده باشد

▪ ۱ و ½ پیمانه خامه زده شده

▪ کمی پودر دارچین

• طرز تهیه:

- (۱) آرد و شکر را الک کرده داخل کاسه میریزیم. تخم مرغها، شیر، کره، وانیل و نمک را اضافه کرده و بهم میزنیم تا مایه یکنواختی حاصل شود.
- (۲) یک ماهیتابه نجسب کوچک ۱۵ سانتی متری را داغ کرده، حدود ۲ قاشق سوپ خوری از مایه را داخل آن ریخته و با حرکت دادن ماهیتابه، مایه را در تمام سطح آن پخش میکنیم.
- پس از اینکه خمیر از کف ماهیتابه ور آمد و اندکی قهوه ای شد، آنرا بر میگردانیم تا طرف دیگر آن هم کمی قهوه ای شود. به همین ترتیب تمام مایه را به صورت کرپ میپزیم. توجه کنید که در صورت لزوم میتوانید از اندکی کره یا روغن برای چرب کردن ماهیتابه استفاده کنید.
- (۳) در یک ماهیتابه بزرگ، ¼ پیمانه کره را آب کرده، شکر قهوه ای، ¼ ق.چ. دارچین و جوز هندی را افزوده، مخلوط میکنیم. مخلوط شیر و خامه را افزوده و تا زمانی که مخلوط اندکی غلیظ شود به حرارت دادن ادامه میدهیم.
- موزها را افزوده و به مدت ۲-۳ دقیقه میپزیم و از سس موجود در ماهیتابه روی آن میدهیم. سپس ماهیتابه را از روی حرارت برداشته و پس از اینکه

کمی خنک شد، در هر کرپ یک نیمه موز قرار داده میپیچیم، سپس را روی آن ریخته و با خامه زده شده و اندکی پودر دارچین تزیین نموده، سرو میکنیم.

منبع : آشپزآنلاین

<http://vista.ir/?view=article&id=81695>



کرم پاتیسیر

- مواد لازم:

- زرده تخم مرغ: ۴ عدد
- شیر: یک پیمانه
- شکر: نصف پیمانه
- آرد ذرت: یک قاشق سوپخوری
- وانیل: نصف قاشق چایخوری
- طرز تهیه:



زرده تخم مرغ و شکر و وانیل را مخلوط می‌کنیم و می‌زنیم تا کاملاً سفید و سفت شود. آرد را در ظرف لعابی کوچکی می‌ریزیم و شیر را به تدریج داخل آرد می‌کنیم و مرتب به هم می‌زنیم تا آرد در شیر کاملاً حل شود، بعد ظرف را روی حرارت ملایم می‌گذاریم و به هم زدن ادامه می‌دهیم تا مایه جوش بیاید و کمی غلیظ شود. کرم را از روی حرارت برمی‌داریم و بعد از سرد شدن مصرف می‌کنیم. ممکن است در این مایه یک قاشق سوپخوری کاکائو نیز اضافه کنیم؛ در این صورت کاکائو را با شیر و آرد مخلوط و کرم را مطابق دستور فوق آماده می‌کنیم.

می‌توانیم وقتی کرم کاملاً آماده شد ۵۰ گرم کره نیز در آن بریزیم و به هم بزنیم و بلافاصله از روی حرارت برداریم.

منبع : روزنامه تهران امروز

<http://vista.ir/?view=article&id=99667>

کرم پرتقال

- مواد لازم:

- آب پرتقال: ۲ پیمانه (نیم لیتر)
- زرده تخم مرغ: ۶ عدد
- ورق ژلاتین: ۶ عدد شکر: ۱ پیمانه
- خامه: ۲۵۰ گرم
- پوست پرتقال رنده شده: به مقدار کم
- مغز پرتقال: ۲ پیمانه یا دو پیمانه از میوه خرد شده از قبیل آناناس، موز، سیب و ...
- طرز تهیه:



زرده را با شکر و پوست پرتقال مخلوط کرده و خوب هم می زنیم تا کاملاً سفت و سفید شود آب پرتقال را کمی گرم کرده و روی زرده می ریزیم و ژلاتین را خرد کرده و با دو تا سه تا قاشق آب جوش مخلوط کرده و هم می زنیم تا حل شود برای این که ژلاتین به آسانی حل شود ظرف ژلاتین را روی بخار آب قرار می دهیم و بعد ژلاتین را با زرده و آب پرتقال مخلوط می کنیم و می گذاریم مایه سرد شود. مایه را با دو تا سه قاشق سوپ خوری خاک قند مخلوط کرده و می زنیم تا کمی سفت شود. بعد خامه را با تخم مرغ مخلوط کرده و مغز پرتقال را اضافه کرده و در قالب می ریزیم و در یخچال می گذاریم تا ببندد.

منبع : زنده رود

<http://vista.ir/?view=article&id=95952>

کرم دورنگ یا باواروا

نوع مقدار

شیر ۲ پیمانه

زرده تخم مرغ ۶ عدد

پودر ژلاتین ۶ قاشق مرباخوری

شکر ۱ لیوان

خامه ۳۰۰ گرم

وانیل کمی

آب جوش ۱ قاشق غذاخوری

کاکائو ۱ قاشق غذاخوری

شیر را روی حرارت می جوشانیم. زرده و شکر و وانیل را با همزن خوب بزنید تا کاملاً غلیظ و کش دار شود، سپس به شیر جوشان اضافه می کنیم مرتب هم می زنیم و یک جوش که زد آن را از روی حرارت بر می داریم و می گذاریم کمی ولرم شود. پودر ژلاتین را در کمی آب روی حرارت کتری گذاشته تا کاملاً حل شود و بعد به مایه فوق اضافه می کنیم. خامه را نیز اضافه کرده و با قاشق خوب مخلوط می کنیم. اگر ناصافی داشت آن را از صافی رد می کنیم. نیمی از مایه آماده شده را درون قالب ریخته و در یخچال قرار داده تا کمی خودش را بگیرد، بقیه مایه را با کاکائو مخلوط کرده و بعد مایه شکلاتی را نیز روی مایه قبلی ریخته و در یخچال قرار می دهیم تا کرم کاملاً بسته شود سپس آن را با خامه تزئین نمایید. نکته مهم این است که قبل از اینکه مایه زیرین سفت شود مایه شکلاتی را اضافه کنید. حتماً هم یک قاشق در دست بگیرید و سپس مایه شکلاتی را اضافه

کنید تا مایه زیرین سوراخ نشود.

منبع : شبکه جهانی جام جم

<http://vista.ir/?view=article&id=6120>



کرم شوکولانی ساده برای بچه ها

• مواد لازم برای ۶ نفر:

- شیر=۲/۱ لیتر (۲ لیوان معمولی)
 - شکر=۲۰۰ گرم (۱ لیوان معمولی)
 - شکولات بدون مغز=۲۵۰ گرم یا ۴ فاشق سوپخوری کاکائو
 - زرده تخم مرغ=۶ عدد
 - آرد سفید نرم=۲ فاشق سوپخوری سرخالی (۴۰ گرم)
- طرز تهیه:

این کرم بسیار ساده و آسان تهیه می شود و اکثر بچه ها آن را دوست دارند.

آرد را در ظرفی ریخته، شیر را کم کم روی آن می ریزیم و هم می زنیم تا آرد در شیر حل شود. بعد مایه را روی حرارت ملایم گذاشته، مرتب هم می زنیم تا جوش آمده کمی غلیظ شود. کاکائو یا شکلات را در شیر ریخته، و همزدن را ادامه می هیم تا شیر یکی دو جوش بزند. زرده تخم مرغ را با شکر و وانیل

مخلوط کرده خوب هم می زنیم تا کاملاً سفید و سفت شود. شیر را کم کم روی زرده تخم مرغ می ریزیم و مخلوط می کنیم. یک بار دیگر ظرف را روی حرارت ملایم می گذاریم و مرتب هم می زنیم تا فقط مایه یک جوش بزند و خامی زرده گرفته شود. مایه را در ظرف مناسبی می ریزیم و ظرف



را در یخچال می گذاریم تا کرم سرد شده کمی سفت شود و با همان ظرف سرو می کنیم. می توانیم ۱۵۰ گرم خامه را با ۳ قاشق سویخوری پودر قند و کمی وانیل مخلوط کنیم و با همزن برقی بزنیم تا کمی سفت شود و خامه را در ظرف جداگانه ریخته با کرم سرو کنیم.

منبع : آشپزآنلاین

<http://vista.ir/?view=article&id=78761>

 **vista.ir**
Online Classified Service

کرم کارامل

- مواد لازم:

- تخم مرغ: ۵ عدد

- شکر: ۲۲۰ گرم

- شیر: نیم لیتر

- وانیل: نصف قاشق مرباخوری.

- طرز تهیه:

در ابتدا بهتر است شربت کارامل را تهیه کنید. برای تهیه شربت آن، هفتاد گرم شکر را با دو قاشق سوپ خوری آب در ظرفی بریزید و روی حرارت ملایم قرار دهید تا رنگ آن کم کم طلایی شود، پس از آنکه رنگ شربت طلایی شد، نصف لیوان آب جوش به آن اضافه کنید و اجازه دهید تا شربت به خوبی بجوشد؛ به حدی که ذرات شکر کاملاً در شربت حل و غلیظ شود. سپس شربت را در ظرف دیگری بریزید و جدار ظرف را نیز به شربت آغشته کنید. در



این لحظه، شربت شما آماده است.

پس از تهیه شربت کارامل، شیر را با شکر باقی مانده روی حرارت قرار دهید تا کمی بجوشد و پس از به جوش آمدن شیر، آن را از روی حرارت بردارید

و بگذارید تا سرد شود. سپس تخم مرغها و وانیل را خوب بهم بزنید و با شیر سرد شده مخلوط کنید و مواد را در ظرفی که به شربت کارامل آغشته کرده‌اید، بریزید و داخل فر که از قبل با حرارت ۳۵۰ درجه گرم کرده‌اید، به مدت یک ساعت و نیم قرار دهید. پس از گذشت این مدت، چنگال را در کرم فرو کنید. اگر مواد به چنگال نچسبند، کارامل شما آماده است.

منبع : خانواده سبز

<http://vista.ir/?view=article&id=74782>

 **vista.ir**
Online Classified Service

کرم کارامل

• مواد لازم:

• ۴ عدد تخم مرغ

• ۴ قاشق شکر

• ۲ لیوان شیر داغ

• ۵/۲ قاشق چایخوری وانیل

• طرز تهیه:

زرده و سفیده تخم مرغ را باهم خوب می‌زنیم. ۴ قاشق شکر را داخل آن

کرده و باز می‌زنیم. ۲ لیوان شیر داغ را کم کم به آن اضافه می‌کنیم.

در قالب ۴ قاشق دیگر شکر می‌ریزیم و روی حرارت قرار می‌دهیم و هم

می‌زنیم تا کارامل بشود (قهوه‌ای رنگ و مثل آب‌نبات یکنواخت بشود). سرد

که شد، مواد آماده شده را به آن اضافه می‌کنیم و به طریق بن‌ماری طبخ می‌کنیم (یعنی در یک طرف آب می‌ریزیم و قالب را در آن قرار می‌دهیم،

به طوری که آب داخل قالب نشود). آن را به مدت ۴۵ دقیقه در حرارت ۳۵۰ درجه فارنهایت قرار می‌دهیم تا کرم کارامل آماده شود.



منبع : روزنامه اطلاعات

<http://vista.ir/?view=article&id=100000>

کرم کارامل پرتغالی

- مواد لازم

پرتغال بزرگ که آب آن گرفته شده: ۴ عدد

تخم مرغ: ۵ عدد

پودر قند: ۱۰۰ گرم

شکر برای کارامل کردن: ۳ قاشق غذاخوری

- طرز تهیه

شکر را در ظرف مناسبی کارامل کرده و سپس کنار می گذاریم (ظرفی که می خواهیم کارامل را در آن تهیه کنیم)، تخم مرغها را همراه با پودر قند با همزن می زنیم به حدی که کاملاً مخلوط شود، سپس آب پرتغال را روی آن ریخته و خوب مخلوط می کنیم، بعد از صافی رد کرده و در ظرف کارامل می ریزیم و به مدت ۲۵ الی ۳۰ دقیقه آن را «بن ماری» می کنیم، (طریقه بن ماری به این صورت است که ظرف بزرگتری را پر از آب کرده و ظرف حاوی کرم را داخل آن قرار داده و در فر روشن می گذاریم تا کرم بر روی آب پخته شود.) کرم کارامل را پس از خنک شدن در یخچال قرار می دهیم تا کاملاً سرد شود، سپس در ظرف مخصوصی برمی گردانیم و به صورت سرد سرو می کنیم.



منبع : خانواده سبز

<http://vista.ir/?view=article&id=12746>

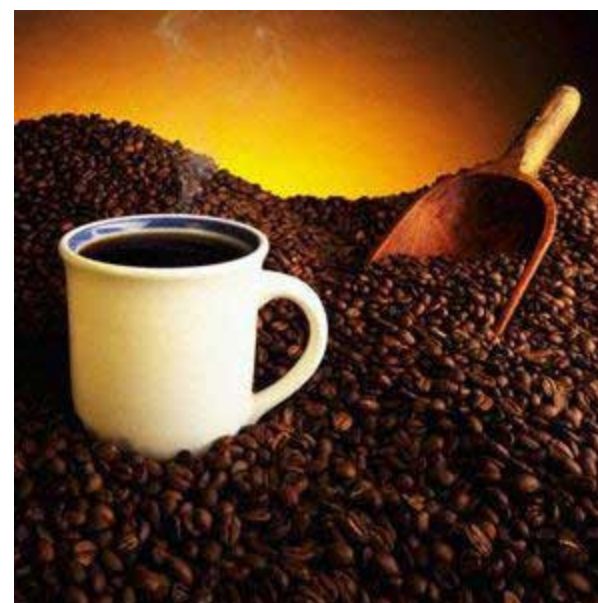
کرم کاستارد قهوه

• مواد لازم:

- قهوه کاملاً خرد شده: ۶ قاشق غذاخوری (یا سه قاشق غذا خوری پودر نسکافه)
- شیر: یک و یک چهارم لیوان (۳۰۰ میلی لیتر)
- خامه: دو سوم لیوان (۱۵۰ میلی لیتر)
- تخم مرغ زده شده: ۲ عدد
- شکر: ۲ قاشق غذاخوری
- خامه زده شده و پودر کاکائو برای تزیین: مقداری

• طرز تهیه:

فر را روی درجه ۱۹۰ درجه سانتی گراد یا ۳۷۵ درجه فارنهایت بگذارید. قهوه را در پارچی بریزید. شیر را در شیرجوش روی حرارت قرار دهید تا به دمای جوش برسد، بعد به قهوه اضافه کرده و بگذارید ۵ دقیقه بماند. آن گاه مخلوط شیر و قهوه را به ماهی تابه برگردانید و خامه را اضافه کرده و دوباره تا نزدیک



جوش آمدن حرارت دهید.

تخم مرغ ها و شکر را در کاسه ای خوب هم بزنید و در حال هم زدن به شیر و خامه اضافه کنید.

مخلوط را در ظرف یا ظروف بلوری مورد نظربریزید و رویش را با فویل بپوشانید.

ظرف ها را در یک ماهی تابه بگذارید و آن را با آب پر کنید تا جایی که آب بالاتر از نیمی از اطراف ظرف را بپوشاند و مدت ۴۵ - ۴۰ دقیقه آن را در فر قرار دهید.

ظرف ها را از ماهی تابه در بیاورید و بعد از اینکه خنک شدند مدت دو ساعت در یخچال بگذارید، سپس روی آن ها را در صورت تمایل با خامه زده شده و

پودر کاکائو تزیین کنید.

منبع : خانواده سبز

<http://vista.ir/?view=article&id=76237>



کرم هلو و موز

- مواد لازم:

- هلو یا کمپوت هلو ۵/۰ کیلو یا ۱ قوطی خورد کرده
- موز خورد شده ۲۵۰ گرم
- زرده تخم مرغ ۴ عدد
- شیر ۵/۱ پیمانه
- شکر ۱۰۰ گرم
- پودر زلاتین ۲ ق غ
- آب برای حل زلاتین ۱ لیوان
- خامه برای تزیین ۵۰ گرم



- وانیل ۲/۱ ق چ

- طرز تهیه:

زرده و شکر و وانیل را خوب می زنیم تا رنگ آن روشن شود شیر را روی حرارت گذاشته تا بجوشد مقدار کمی از شیر را وارد زرده می کنیم و مدام هم میزنیم تا زرده پخته نشود سپس

زرده را به شیر روی حرارت اضافه می کنیم و به زدن ادامه می دهیم و بلافاصله از روی حرارت بر می داریم زلاتین را در کمی آب جوش حل کرده و به مواد شیر اضافه می کنیم مایه را می گذاریم کمی سرد شود و بعد ۲/۱ هلو و ۲/۱ موز را درون مواد می ریزیم و با قاشق تمام مواد را مخلوط

می کنیم و در قالب مورد نظر ریخته و در یخچال قرار می دهیم و بعد از بسته شدن قالب را در آب گرم فرو کرده و کرم را بر می گردانیم و به طور دلخواه آن را تزئین می کنیم.

منبع : ستاره زیبای من

<http://vista.ir/?view=article&id=87545>



ککتل میوه با بستنی

شربت قند : ۱,۵ فنجان

پوست لیمو ترش : ۱۰۰ گرم

آناناس کنسرو شیرین : ۲۰۰ گرم

کمپوت هلو : ۲۰۰ گرم

زرد آلو پخته : ۲۰۰ گرم

بستنی : ۲۵۰ گرم

مریا : ۱۰۰ گرم

این ککتل میوه بسیار لذیذ و در فصل تابستان بسیار مطبوع است و برای سرو کردن آن از لیوانهای پایه بلند بستنی خوری استفاده می کنیم. در هر لیوان مقداری شربت پرتقال یا شربت قند معطر شده با رنده پوست لیموترش می ریزیم و با مقداری کمپوت خرد شده از قبیل کمپوت آناناس، هلو، زرد آلو داخل ظرف را پر می کنیم و مقداری بستنی از هر نوع که دوست داریم روی آن قرار می دهیم. و در صورت امکان یک حلقه مربای پرتقال یا کمپوت آناناس روی آن قرار می دهیم.

<http://vista.ir/?view=article&id=55>

کلوچه (بیسکویت) سرینا Serina kaker

- مواد لازم برای ۷۰ تا ۸۰ کلوچه:
 - آرد ۲۵۰ گرم
 - شکر ۱۰۰ گرم
 - روغن یا کره ۱۹۰ گرم
 - تخم مرغ ۲ عدد
 - بیکین پودر نیم قاشق چای خوری
 - شکر وانیل نیم قاشق چای خوری
 - خلال بادام یا پسته یا هر دومقداری
 - شکر دانه درشت برای تزئین مقداری
- ظروف و وسایل لازم:



یک کاسه تقریباً ۴ تا ۵ لیتری، یک یا دو عدد سینی فر، چنگال، کاغذ قنادی (یک نوع کاغذ که می توان آنرا در فر گرم قرار داد و نسوز است)

• طرز تهیه:

یک توضیح کوچولو: در این شیرینی یک نوع پودر بجای بیکین پودر استفاده می کنند به نام Horn salt یا نمک شاخ (نخند آقا جان! ماه مجرمی چیت کج می شه!!) این پودر را از شاخ گوزن های قطبی بدست می آورند چونکه می دانستم که در ایران بجز پودر شاخ آخوند نوع دیگری پیدا نمی شه!! از بیکین پودر استفاده کردم نگران نباشید مشکلی پیش نخواهد آمد.

روغن یا کره را خیلی کم گرم کنید تا نرم شود روغن نباید زیاد گرم شود، نیازی نیست کاملاً آب شود کافی است کمی نرم شود تا راحت تر بشه مواد رو ورز داد.

آرد، شکر و بیکین پودر و شکر وانیل را داخل کاسه بریزید یک عدد تخم مرغ را هم در آن بشکنید روغن را هم به آن بیفزاید و با دست ورز بدهید وقتی خوب ورز خورد و یکنواخت شد مقداری کمی آرد را روی میز آشپزخانه بریزید و خمیر را روی آن خوب ورز بدهید دقت کنید خمیر نباید زیاد شل باشد

مخصوصا نباید به دست بچسبد اگر دیدید به دست زیاد می چسبد کمی دیگر آرد روی میز کار بریزید و خمیر را در آن ورز بدهید تا دیگر به دست نچسبد. اگر به تصویر نگاه کنید می بینید سفتی آن چه اندازه باید باشد. خمیر وقتی آماده است که تقریبا به دست نچسبد.

حالا روی خمیر را با پلاستیک بپوشانید و آنرا داخل یخچال قرار بدهید تا روز بعد.

پس از ۲۴ ساعت اول با کاغذ قنادی سینی فر را بپوشانید.

قبل از شروع فر را روی درجه ۱۸۰ سانتی گراد تنظیم و روشن کنید تا بعد از اتمام کار آماده سازی شیرینی‌ها گرم شده باشد.

خمیر را از یخچال خارج کنید و قطعه قطعه از خمیر مقداری را بردارید و به صورت یک سوسیس در بیاورید و بعد قطعاتی را از آن جدا کنید و با کف دو دست گلوله‌هایی به قطر تقریبی ۱,۵ تا ۲ سانتیمتر درست کنید و روی کاغذ قنادی روی سینی قرار بدهید پس از اینکه همه را گلوله کردید یک تخم مرغ باقی مانده را در ظرف کوچکی بشکنید و خوب هم بزنید حالا با یک فرم مخصوص یا اگر ندارید چنگال آغشته به تخم مرغ روی گلوله‌های خمیر فشار بدهید به صورتی که کلوچه ها پهن شوند و همچنین شکل بگیرند. اگر فرم مخصوص اینکار را ندارید و از چنگال استفاده می کنید اول چنگال را از یک طرف روی گلوله های خمیر بگذارید و فشار بدهید بعد آنرا بردارید و از یک زاویه دیگر (۹۰ درجه) روی آن فشار دهید به صورتی که یک شکل پنجره مانند روی خمیرها نقش ببندد در ضمن خمیر از حالت گلوله‌ای خارج شود و تقریبا به شکل دایره‌ای به قطر ۳ تا ۳,۵ سانتیمتر در آید (روی تصویر دوم تکه بزنید تا اندازه بزرگتر تصویر را ببینید). ممکن است در این پروسس خمیر کمی به چنگال یا فرم مخصوص بچسبد نگران نباشید آنرا با دست جدا کنید و سرجایش بگذارید. دقت کنید اندازه کلوچه‌ها پس از طبخ بزرگتر خواهند شد پس در این مرحله اندازه آنها نباید زیاد باشد چون پس از طبخ تقریبا دوبرابر خواهند شد، همچنین دقت کنید فاصله‌ها را همانگونه که در تصویر مشاهده می‌کنید رعایت کنید. پس از اینکه همه گلوله‌ها را به شکل دلخواه در آوردید مقداری شکر دانه درشت بعلاوه مقداری خلال بادام یا خلال پسته یا هر دو را روی آن بریزید وقتی فر ۱۸۰ درجه سانتی گراد گرم شد سینی‌های فر را یکی یکی در وسط فر قرار دهید و به مدت ۱۴ تا ۱۵ دقیقه بپزید، دقت کنید که کلوچه‌ها نسوزند، تمام وقت آنها را زیر نظر داشته باشید، رنگ آنها باید کرم رنگ بشود.

<http://vista.ir/?view=article&id=88671>



کلوچه بادام

• مواد لازم

- دو و یک دوم فنجان آرد
- یک چهارم فنجان بادام آسیاب شده
- یک و یک چهارم فنجان شکر
- سه عدد سفیده تخم مرغ
- نصف قاشق مرباخوری وانیل
- یک قاشق مرباخوری عصاره بادام
- نصف فنجان شکر

• طرز تهیه

فر را در دمای ۳۰۰ درجه فارنهایت از قبل گرم کنید. در غذاساز آرد و شکر را باهم مخلوط کرده و به آن عصاره بادام و وانیل را اضافه کنید و اجازه دهید برای چند ثانیه مخلوط شوند. تخم مرغ ها را به آن اضافه کرده تا خمیری یکنواخت به دست آید. خمیر را در قالب های کروی شکل ریخته و روی آن شکر بپاشید و آن را به مدت ۲۴ تا ۳۰ دقیقه در فر قرار دهید. سپس شیرینی جات را در مکانی سرد و خشک قرار داده و پس از گذشت ۳۰ دقیقه میل کنید.

ملیحه قریشی

منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=132986>

 **vista.ir**
Online Classified Service

کلوچه موزی

▪ زمان تهیه: ۵ دقیقه





- زمان پخت: ۱۶ دقیقه
- مواد لازم:
- سه چهارم فنجان موز له شده
- دو قاشق مرباخوری روغن زیتون
- یک عدد تخم مرغ
- یک دوم فنجان شیر بدون چربی
- سه چهارم قاشق مربا خوری وانیل
- دو سوم فنجان آرد سفید

- یک دوم فنجان جو دوسر
- یک چهارم فنجان شکر
- یک و سه چهارم قاشق مرباخوری بیکینگ پودر
- یک دوم قاشق مرباخوری دارچین
- یک چهارم قاشق مرباخوری نمک
- طرز تهیه:

ابتدا فر را با حرارت ۳۷۵ درجه سانتی گراد روشن می کنید. سپس موز و وانیل، روغن زیتون، تخم مرغ و شیر را در ظرف مناسبی بخوبی به هم می زنید تا کاملاً مخلوط شوند. در ظرف دیگری آرد، جو دو سر، شکر و بیکینگ پودر را با سر چاقو آرام آرام به هم بزنید.

حالا باید مواد تهیه شده را با هم مخلوط کنید.

وقتی مواد را به هم زدید آن را درون فنجان ها یا پیمانه های مخصوص که از قبل درون آن کاغذ های مخصوص کیک قرار داده اید بریزید به گونه ای که نیمی از فنجان ها از مواد پر شوند. حالا باید ۹ فنجان پر از مواد کیک داشته باشید.

فنجان ها را برای ۱۶ دقیقه درون فر بگذارید.

- ترکیبات هر فنجان:

- کالری: ۱۵۲، چربی ۵ گرم، کلسترول ۲۷ میلی گرم، پروتئین ۴ گرم، کربوهیدرات ۲۵ گرم، شکر ۱۱ گرم، فیبر ۳ گرم، آهن ۱ میلی گرم، سدیم ۱۷۸ میلی گرم، کلسیم ۸۵ میلی گرم. این کلوچه را می توانید برای دو هفته در فریزر نگهداری کنید.

منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=105062>

کلوچه ی خرما

• مواد لازم :

- آرد سفید ۱ کیلوگرم
- ادویه ی مخصوص به میزان دلخواه
- مایه ی خمیر ۱ قاشق مرباخوری
- بیکینگ پودر کمی
- نمک ۱ قاشق چایخوری
- شیر ۲-۳ لیوان
- شکر ۲ قاشق غذاخوری
- زعفران کمی
- روغن مایع ۱ لیوان
- خرما ی هسته درآورده به میزان دلخواه (تقریباً ۵۰۰ گرم)

• طرز تهیه :

ادویه مخصوص این شیرینی شامل: زیره، رازیانه، فلفل سیاه، تخم گشنیز، پودر زنجبیل و دارچین است. ابتدا ادویه را دو قسمت کنید. نیمی از ادویه، روغن مایع و آرد را با هم مخلوط می کنیم، طوری که آرد گلوله گلوله شود.



سپس شیر، شکر و زعفران را روی حرارت گرم می کنیم، تا جایی که ولرم شود.

مایه ی خمیر(را که در کمی آب جوش حل کرده ایم)، بیکینگ پودر و نمک را با آرد مخلوط می کنیم.

سپس مخلوط شیر را که ولرم شده، به مخلوط آرد اضافه می کنیم و با دست خوب ورز می دهیم.

خمیر آماده شده را به مدت ۴-۵ ساعت می گذاریم بماند.

سپس خرماهای بدون هسته را با بقیه ی ادویه مخلوط کرده و خوب با دست له می کنیم.
سپس خمیر را بصورت لایه ای نازک، به قطر نان پهن می کنیم و مخلوط خرما را به قطر ۲ سانتی متر روی خمیر می گذاریم. دو طرف خمیر را به هم می چسبانیم.

سپس خمیر را به هر شکلی که دوست دارید(لوزی یا مربعی به اندازه ۵-۴ سانتیمتر) برش دهید.

سپس در فری که درجه ی آن ۱۷۰-۱۹۰ سانتیگراد است، به مدت ۲۰ دقیقه بگذارید.

▪ نکته :

به نظر من بهتر است ادویه ای را که با خرما مخلوط می کنید، به شکل پودر باشد، ولی ادویه ای را که با آرد مخلوط می کنید، درسته باشد، برای اینکه زیر دندان برود و طعم خوبی در دهان ایجاد کند.

منبع : تو ماه دات کام

<http://vista.ir/?view=article&id=107227>



کلوچه ی سیب

- مواد لازم برای ۶ نفر :
- سیب خرد شده ۱۹۰ گرم
- آرد ۱ پیمانه پُر
- بیکینگ پودر ۲ قاشق چای خوری
- نمک یک هشتم قاشق چای خوری
- شیر یک چهارم پیمانه
- تخم مرغ بزرگ ۱ عدد
- روغن ۲ پیمانه





- شکر نصف پیمانه
- شربت شیرین غلیظ یک سوم پیمانه

▪ دارچین به میزان لازم

• دستور تهیه :

- ابتدا آرد را الک کنید.
- سپس آرد، بیکینگ پودر، نمک و شیر را با هم مخلوط کنید.
- سیب و تخم مرغ ها را به مخلوط اضافه کنید.
- سپس در ظرف بزرگی روغن را حرارت دهید و از مخلوط با قاشق درون روغن داغ بریزید تا زمانی که همه ی اطراف آن قهوه ای شود.
- بعد می گذاریم تا روغن آن کشیده شود.
- سپس تا گرم است، شکر، دارچین و شربت غلیظ را روی آنها می ریزیم.
- زمان پخت این کلوچه ها ۱۵ دقیقه است.

منبع : ترانه ها

<http://vista.ir/?view=article&id=96458>

 **vista.ir**
Online Classified Service

کوکتل میوه ها

- مواد لازم
- کمپوت آناناس : ۵۰۰ گرم ،
- موز کاملاً رسیده: ۳ عدد،
- کیوی کاملاً رسیده: ۵ عدد،
- سیب: ۲ عدد، لیمو ترش تازه :۲ عدد،



▪ پاستیل های رنگی برای تزئین

• طرز تهیه:

ابتدا ظرف مورد نظر را که بهتر است ظرفی شیشه ای باشد در جا یخی قرار دهید تا سرد شود سپس تمامی میوه ها را پوست گرفته به صورت مکعب خرد کنید . میوه ها را به همراه پاستیلها با هم مخلوط کرده در ظرف مورد نظر بریزید. لیمو ترشها را آب بگیرید ، آب لیمو ترش و آب کمیوت آناناس را با هم مخلوط کرده روی میوه ها بریزید. ترشی و شیرینی این دسر

بستگی به ذائقه شما دارد می توانید از آب لیموی بیشتری استفاده کنید یا کمی شکر به آن بیافزایید . دقت داشته باشید که اگر تمامی میوه ها کاملاً در آب آناناس و آب لیمو قرار نگرفتند می توانید از کمی آب آناناس یا آب سیب اضافه استفاده کنید اگر میوه ها کاملاً داخل شربت نباشند ممکن است سیاه و بد رنگ بشوند . پوست لیمو ترشها را که آب گرفتید نیز به صورت درسته به دسر اضافه کنید . در ظرف را گذاشته به مدت نیم ساعت در یخچال قرار دهید ، قبل از سرو پوست لیموها را از داخل ظرف برداشته و در صورت تمایل با کمی خامه زده شده و یا پودر نارگیل و بستنی و برگ نعناع این دسر خوشمزه را تزئین کنید.



منبع : ایران مانیا

<http://vista.ir/?view=article&id=81017>

 **vista.ir**
Online Classified Service

کوکی فندق و بادام

• مواد لازم:

- سفیده تخم مرغ : ۲ عدد کوچک
- پودر قند : نصف پیمانه و یک قاشق سوپخوری سر پر
- پودر فندق بوداده ۲ پیمانه سر خالی



- پودر بادام ۲ پیمانه سر خالی
- آرد ۲ قاشق سوپخوری
- شکلات ۷۵ گرم روغن مایع یک قاشق مربا خوری
- طرز تهیه:



سفیده های تخم مرغ را با همزن برقی میزنیم تا پف کند. پودر قند را کم کم اضافه میکنیم و باز هم میزنیم تا حدی که سفیده کاملاً سفت شود. سپس پودر قند و پودر بادام و آرد را که با هم مخلوط کرده ایم اضافه میکنیم. این بار با قاشق هم میزنیم و در یک کیسه با سر قیف ساده با قطر یک و نیم سانت از مواد به طول ۸ سانت داخل سینی فر میریزیم. (سینی را قبلاً کاغذ روغنی انداخته و چرب میکنیم) و به مدت ۳۰ دقیقه در فر ۱۶۰ درجه سانتی گراد می پزیم و سپس با شکلات باز شده تزیین میکنیم.

<http://vista.ir/?view=article&id=112631>

vista.ir
Online Classified Service

کولفی پسته

کولفی نوعی بستنی هندی است که با هل و گلاب معطر می شود. کولفی ها با طعم های مختلف تهیه می شوند. در اینجا با طرز تهیه کولفی پسته ای آشنا می شوید.

- مواد لازم
- یک لیتر شیر پرچربی
- ۴۰ گرم شیرخشک
- ۳۰۰ گرم شکر
- ۱۰۰ میلی لیتر خامه



- ۱۵ گرم پودر هل
- ۱۰۰ گرم خلال بادام
- ۱۰۰ گرم خلال پسته
- یک تا دو قاشق سوپخوری گلاب
- یک چهارم قاشق چایخوری زعفران ساییده
- طرز تهیه



شیر را در ظرف مناسبی بریزید و روی حرارت اجاق گاز قرار دهید تا جوش بیاید. حرارت را کاهش دهید و بگذارید شیر به آرامی بجوشد تا حجم آن بر اثر تبخیر نصف شود در این مدت گاهی شیر را هم بزنید.

زعفران را در ۲۰ میلی لیتر آب داغ حل کنید. وقتی حجم شیر به نصف رسید شکر، شیرخشک و زعفران را به آن اضافه کنید و بگذارید پنج دقیقه دیگر بجوشد. هل، خلال بادام و خلال پسته را افزوده و هم بزنید. سپس آن را از روی حرارت اجاق گاز بردارید و بگذارید سرد شود. وقتی مخلوط شیر سرد شد و دمای آن به دمای اتاق رسید گلاب را اضافه کنید.

خامه را با همزن برقی بزنید تا فرم بگیرد. بهتر است ظرف آن را روی ظرفی محتوی یخ قرار داده و با همزن هم بزنید تا خامه شل نشده و زودتر فرم بگیرد. دقت کنید که خامه را بیش از اندازه نزنید تا تبدیل به کره نشود.

وقتی خامه آماده شد آن را به مخلوط شیر افزوده و هم بزنید. این مخلوط را چند دقیقه با همزن برقی بزنید تا خوب مخلوط شده و حالت کفی پیدا کند. این کار مانع یخی شدن بستنی در فریزر می شود.

مایه بستنی را در قالبی مناسب بریزید و در فریزر قرار دهید. پس از اینکه کریستال های یخ در مایه تشکیل شد آن را از فریزر خارج کرده و خوب هم بزنید سپس در فریزر بگذارید تا کاملاً سفت شود. وقتی بستنی آماده شد آن را از قالب خارج کنید و با قطعات میوه فصل سرو کنید.

منبع : روزنامه شرق

<http://vista.ir/?view=article&id=84987>

کیک آدم برفی

- مواد لازم
 - دو قاشق غذاخوری شکر
 - یک فنجان آرد
 - یک عدد تخم مرغ
 - یک قاشق غذاخوری بیکینگ پودر
 - نصف قاشق غذاخوری وانیل
 - چوب شور
 - شکلات به میزان لازم
 - یک عدد کیوی
 - یک عدد پرتقال
 - یک فنجان خامه
 - یک چهارم فنجان شکر
- طرز تهیه



آرد را به همراه تخم مرغ و شکر در یک کاسه بزرگ ریخته و مخلوط کنید. سپس بیکینگ پودر و وانیل را به آن اضافه کرده و هم بزنید. خمیر کیک را در

کاغذهای روغنی مخصوص طبخ کیک یزدی ریخته و آن را به مدت ۲۰ دقیقه در فر با درجه حرارت ۱۸۰ درجه سانتیگراد قرار دهید. در این فاصله خامه را با شکر در مخلوط کن ریخته و تا به دست آوردن ترکیبی یکنواخت صبر کنید. برای ساخت آدم برفی ها روی کیک، خامه را درون قیف مخصوص ریخته و آدم برفی را شکل دهید. از تکه های شکلات و چوب شور برای ساختن دست، چشم، دهان، دکمه و کلاه آدم برفی استفاده کنید. از پرتقال و کیوی هم می توان شال گردن و بینی آدم برفی را درست کرد. کیک را به مدت یک ساعت در یخچال گذاشته و سپس میل کنید.

ملیحه قریشی

منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=129401>

کیک آمریکایی

- مواد لازم برای کیک:
 - آرد سفید: ۲۵۰ گرم
 - شکر: ۱۷۵ گرم
 - کره: ۱۵۰ گرم (و با روغن جامد ۱۲۰ گرم)
 - بیکینگ پودر: دو قاشق مرباخوری
 - تخم مرغ: ۲ عدد
 - شیر: یک پیمانه (یک لیوان معمولی)
 - وانیل: یک دوم قاشق چایخوری
- مواد لازم برای تزئین کیک:
 - شیر: ۶ قاشق سوپخوری
 - شکر: ۱۰۰ گرم
 - کره: ۵۰ گرم
 - عسل: ۵۰ گرم



- گردوی خرد شده: ۱۰۰ گرم
- زرده تخم مرغ: ۲ عدد
- طرز تهیه:

آرد و بیکینگ پودر و شکر و وانیل را مخلوط کرده، ۲ عدد تخم مرغ را در ظرفی می شکیم مخلوط می کنیم؛ کره را در تخم مرغ ها می ریزیم و هم می زنیم تا تخم مرغ و کره مخلوط گردد. شیر را اضافه می نماییم و مخلوط آرد و شکر را می ریزیم و هم می زنیم تا مایه نرم و لطیفی به دست بیاید. قالب را چرب کرده، آرد می پاشیم و مایه را در قالب می ریزیم؛ باید سر قالب ۳ تا ۴ سانتیمتر خالی بماند. عسل و ۵۰ گرم کره و ۱۰۰ گرم شکر و ۶

قاشق سوپخوری شیر و نوک قاشق چایخوری نمک و گردوی خرد کرده را در ظرف کوچکی می‌ریزیم؛ ظرف را روی حرارت ملایم قرار می‌دهیم تا بجوشد؛ دو عدد زرده تخم‌مرغ را مخلوط کرده، داخل سایر مواد می‌ریزیم و هم می‌زنیم. وقتی مایه کمی غلیظ شد آن را از روی آتش برمی‌داریم و داخل قالب روی مایه کیک می‌دهیم. فر را با حرارت ۳۵۰ درجه فارنهایت یا ۱۷۵ درجه سانتیگراد گرم می‌کنیم؛ قالب را روی پنجره وسط فر قرار می‌دهیم؛ کیک باید ۴۵ تا ۶۰ دقیقه در فر بماند.

منبع : روزنامه تهران امروز

<http://vista.ir/?view=article&id=107748>

 **vista.ir**
Online Classified Service

کیک آناناس

• مواد لازم:

نصف پیمانه آلبالو یا گیلان خشک، یک عدد آناناس، یک پیمانه آرد، یک و نیم قاشق چایخوری بکینگ پودر، یک و یک چهارم پیمانه پودر شکر، دوازده قاشق غذاخوری کره، نصف پیمانه شکر سرخ، مقداری وانیل، دو تخم مرغ بزرگ، شش قاشق غذاخوری شیر، مقداری پودر بادام، یک پیمانه خامه چرب.

• طرز تهیه:

فر را از قبل با درجه حرارت ۳۵۰ درجه سانتیگراد روشن کنید. آلبالوها را به مدت ۱۰ دقیقه در یک پیمانه آب جوش قرار دهید. سپس آن را در آبکش بریزید و خرد کنید. آناناس را به صورت برش های بسیار نازک درآورید. آرد و



بکینگ پودر را با هم مخلوط کرده و الک کنید. نصف پیمانه پودر شکر را حدود پنج دقیقه در یک ظرف چدنی حرارت دهید تا طلایی شود. ظرف را از روی حرارت بردارید و چهار قاشق غذاخوری کره را به آن اضافه کنید و با قاشق چوبی به سرعت هم بزنید. حال شکر کارامل شده را در ظرف پخش

کنید و کمی شکر سرخ روی آن بپاشید. یک برش آناناس روی شکر قرار دهید و بقیه برش ها را به صورت دورانی کنار هم قرار دهید تا هیچ فضای خالی نداشته باشد.

کره باقیمانده، سه چهارم پیمانه پودر شکر و وانیل را با هم مخلوط کنید. حال تخم مرغ ها را به ترتیب به آن اضافه کنید. بعد از افزودن شیر و پودر بادام، مخلوط آرد را هم به آن اضافه کنید وقتی خوب به هم زدید حالا آلبالوهای خرد شده را هم اضافه کنید تا مایه کیک ما آماده شود. مایه کیک را روی مواد موجود در ظرف چدنی بریزید و این ظرف را به مدت ۴۵ دقیقه در فر قرار دهید تا روی آن کاملاً طلایی شود. می توانید یک چاقو را در کیک فرو کنید اگر کیک به آن نچسبید، یعنی آماده است.

منبع : روزنامه کارگزاران

<http://vista.ir/?view=article&id=81776>

 **vista.ir**
Online Classified Service

کیک آناناس و تمشک

- مواد لازم: (برای ۱۲ نفر)
 - تمشک تازه یا یخ زده ۴ پیمانه
 - شکر ۴/۳ پیمانه
 - نشاسته ۳ قاشق
 - آب لیمو ۱ قاشق
 - پودر کیک یک بسته
 - گردوی سوخته ۲ پیمانه
 - کره آب شده ۲/۱ پیمانه
 - آناناس یک قوطی (باید آب نداشته باشد)
 - کرم یا بستنی برای تزئین



• طرز تهیه:

فر را با حرارت ۳۵۰ درجه فارنهایت گرم می کنیم قالب را چرب کرده و آماده می گذاریم . ۲ پیمانه تمشک را خوب قاطی می کنیم تا به صورت خمیری در آید. بقیه تمشکها را کنار می گذاریم . شکر و نشاسته را با هم مخلوط می کنیم و در قالب می ریزیم سپس خمیر تمشک را هم به آن اضافه می کنیم و برای ۵ تا ۲ دقیقه بر روی حرارت قرار می دهیم تا غلیظ و شفاف شود. سپس آنرا از روی حرارت بر می داریم و آب لیمو و بقیه تمشکها را به آن اضافه می کنیم . پودر کیک را با گردوهای کوبیده شده مخلوط می کنیم و کره آب کرده را هم با آن اضافه می کنیم و همه مواد را با هم خوب مخلوط می کنیم تا زمانیکه حالت چسبندگی پیدا کنند. آنانا س را به داخل قالب می ریزیم و تمشکها را هم بر روی آناناسها می ریزیم و می گذاریم برای ۱ ساعت در فر بپزد. بعد از اینکه کیک را از فر بیرون آوردیم می توانیم روی آنرا با کرم یا بستنی وانیلی تزیین کنیم.

منبع : آشپزباشی

<http://vista.ir/?view=article&id=77882>



کیک آناناس و گردو

این کیک برخلاف نامش که تداعی کننده کیک اسفنجی و پفدار است، به شیرینی آناناسی شباهت بیشتری دارد در ضمن شما می توانید به جای کمپوت آناناس، در این فصل از آناناس تازه استفاده کنید.

• مواد لازم برای ۴ نفر:

- آرد گندم؛ ۳۰۰ گرم
- کره (قطعه قطعه شده)؛ ۲۰۰ گرم
- پودر قند؛ ۱۷۰ گرم



- نمک؛ نوک قاشق چای‌خوری



- پوست لیموترش رنده‌شده؛ نوک قاشق سوپ‌خوری

- تخم‌مرغ؛ یک عدد

- آناناس کنسروی یا تازه؛ ۷۵۰ گرم

- شکر؛ ۵۰ گرم

- گردو؛ ۱۰۰ گرم

- آب‌لیمو ترش؛ ۴ قاشق سوپ‌خوری

• روش تهیه:

(۱) کاسه‌ای آماده کرده، آرد، کره، ۷۰ گرم پودر قند، نمک، پوست لیموترش و تخم‌مرغ را در آن بریزید. پس از مخلوط کردن مواد با قاشق، با دست، خوب مواد را ورز دهید تا خمیری یکدست حاصل شود. حالا این خمیر را به شکل یک گلوله درآورید، سپس خمیر گلوله‌ای را داخل لایه‌ای از سلفون بپیچید و حدود یک ساعت در یخچال قرار دهید تا شکل بگیرد.

پس از گذشت ۴۵ دقیقه، فر اجاق‌گاز را روی حرارت ۲۰۰ درجه سانتی‌گراد یا ۳۹۰ درجه فارنهایت یا شماره ۶ بگذارید تا گرم شود.

(۲) اگر می‌خواهید از کمپوت آناناس استفاده کنید، آناناس‌ها را از داخل آب آن بیرون آورده و با چاقو به دو نیم کرده، در ظرفی قرار دهید. در غیر این صورت، آناناس تازه را پوست کنده، خرد کنید. حالا مقداری پودر قند روی تکه‌های آناناس بپاشید و چند دقیقه بگذارید تا آب آنها کمی کشیده شود.

(۳) قالب کیک با ارتفاع کم آماده کنید و سطح داخل آن را با کاغذ مخصوص شیرینی‌پزی پوشش دهید، سپس خمیر را روی آن پهن کنید و حلقه‌های آناناس را روی آن بچینید. مغز گردو را نیز خرد کنید و روی حلقه‌های آناناس بریزید. حالا قالب را در طبقه وسط فر با همان درجه و حدود ۳۰ دقیقه حرارت دهید تا کیک بپزد.

(۴) در این فاصله، باقیمانده پودر قند را با آب لیموترش مخلوط کرده، پس از پخت کیک، سطح روی آن را با قلم‌موی مخصوص آشپزی به این مواد آغشته کنید.

منبع : همشهری آنلاین

<http://vista.ir/?view=article&id=106219>

کیک اسفنجی

آرد سفید : ۱ فنجان

تخم مرغ : ۶ عدد

آب لیموترش : ۱ قاشق سوپخوری

لیمو ترش : ۴ عدد

شکر : ۱ فنجان

نمک : ۰,۲۵ قاشق مربا خوری

آب : ۲ قاشق سوپخوری

آرد را به دقت اندازه کرده با نمک مخلوط و خوب الک می‌کنیم

سفیده و زرده را از هم جدا می‌نمائیم.

زرده را با نصف شکر مخلوط نموده آنقدر می‌زنیم تا سفید رنگ شود

سفیده را جداگانه می‌زنیم به‌طوری که پف کند و بقیه شکر را کم کم به آن می‌افزائیم و زدن را ادامه می‌دهیم تا شکر کاملاً تمام شود

به زده و شکر آبلیمو و پوست لیمو و آب سرد اضافه کرده باز هم تا چند دقیقه می‌زنیم.

سفیده و زرده را با هم مخلوط می‌کنیم و آرد را دو مرتبه روی سفیده و زرده الک می‌نمائیم

قالب دلخواه را چرب کرده آرد می‌زنیم.

در فر ۳۲۵ درجه به مدت یک ساعت الی یک ساعت و چند دقیقه می‌گذاریم و سپس بیرون آورده در ظرف مورد نظر قرار می‌دهیم.

تبصره، پس از اضافه کردن زرده و سفیده باید مخلوط را با دقت و به آرامی هم بزنیم بهتر خواهد بود که سفیده را در آخرین دقیقه به مایه بیفزائیم.

<http://vista.ir/?view=article&id=64>

کیک اسفنجی

مواد لازم مقدار

تخم مرغ ۳ عدد

پودر قند ۱۰۰ گرم

آرد سفید ۷۵ گرم

تخم مرغ ها و پودر قند را در يك ظرف پیرکس ریخته و آن را درون ظرف بزرگتری محتوی آب جوش قرار داده و روی حرارت ملایم اجاق گاز بگذارید و با هم زن دستی بزنید تا مخلوطی غلیظ و کمرنگ به دست آید. آن را از روی حرارت بردارید و به هم زدن ادامه دهید تا مخلوط سرد شود. سپس آرد را در آن الک کنید. در صورتی که مایل باشید کیک اسفنجی شکلاتی تهیه کنید، می توانید مقدار ۲۵ گرم از آرد را با پودر کاکائو جایگزین کنید. در يك قالب گرد به قطر حدود ۲۰ سانتی متر يك قطعه کاغذ روغنی بیندازید و روی آن را کمی چرب کنید. مخلوط مایه کیک را در آن بریزید و در فر که با درجه حرارت ۱۹۰ درجه سانتی گراد از قبل گرم کرده اید به مدت ۲۰ تا ۳۰ دقیقه یا تا زمانی که مغزپخت شده و سطح روی آن طلایی شود، بپزید. سپس از فر خارج کرده روی يك شبکه سیمی برگردانید و کاغذ روغنی را جدا کرده، بگذارید کیک روی شبکه سیمی کاملاً سرد شود.

منبع : روزنامه شرق

<http://vista.ir/?view=article&id=6519>

 **vista.ir**
Online Classified Service

کیک اسفنجی

• مواد لازم:

▪ بیکینگ پودر ۱ و ۲/۱ قاشق مربا خوری

▪ آب جوش ۲/۱ پیمانه



- شکر ۱ و ۲/۱ پیمانه
- عصاره لیمو یا وانیل ۲/۱ قاشق مربا خوری
- آرد ۲ پیمانه
- تخم مرغ ۴ عدد
- خامه و کاکائو برای تزیین
- طرز تهیه:



تخم مرغها را می شکنیم و زرده و سفیده آنها جدا می کنیم و زرده را با شکر و وانیل مخلوط می نماییم و می زنیم تا زرده کاملاً سفید و سخت شود . سفیده را جداگانه آنقدر می زنیم تا از تخم مرغ زنی نریزد. زرده و سفیده را مخلوط می نماییم و آرد را با سرعت می ریزیم و بهم می زنیم بحدی که تمام مواد مخلوط شود .(بعد از ریختن آرد مایه را نباید زیاد بهم زد زیرا پف کیک می خوابد.) مایه را در قالب میریزیم بقدری که سر قالب دو سه سانتی متر تقریباً خالی بماند . قالب را روی پنجره اول قرار می دهیم و حرارت فر را به ۳۵۰ درجه می رسانیم و بمدت یک ساعت می گذاریم بماند . بعد کیک را از فر بیرون می آوریم و می گذاریم سرد شود و می توانیم آنها را با خامه و کرم کاکائو تزیین نمود.

منبع : آشپزباشی

<http://vista.ir/?view=article&id=77871>

 **vista.ir**
Online Classified Service

کیک اسفنجی با پنیر خامه‌ای

معمولاً اغلب کیک‌های پنیر دارای بافتی سفت بوده و از ترکیباتی شبیه به خرده بیسکویت تشکیل می‌شود ولی در این مدل، کیک، فرمی اسفنجی با همان بافت نرم معمول را داشته





و طعم خاصی دارد.

▪ مواد لازم برای ۱۶ نفر:

- ۳ عدد تخم مرغ بزرگ (زرده و سفیده جدا شود)

- ۱۷۵ گرم یا یک پیمانه پودر قند

- ۳ قاشق سوپ خوری آب داغ

- ۱۸۵ گرم یا یک و دو سوم پیمانه آرد گندم الک شده

- نصف قاشق چای خوری بیکینگ پودر

- پودر قند الک شده، مقداری میوه فصل و خلال پوست لیموترش برای تزئین

▪ مواد داخل کیک:

- ۵۰۰ گرم یا ۵/۲ پیمانه پنیر خامه ای

- نصف پیمانه خامه پرچرب (آرام زده شود)

- ۲۵ گرم یا ۲ قاشق سوپ خوری پودر قند

- ۲ قاشق چای خوری لیموترش

▪ طرز تهیه:

۱) فر اجاق گاز را روی ۱۹۰ درجه سانتی گراد از پیش گرم کنید. یک قالب کیک مستطیل شکل به عرض ۲۰ و طول ۳۰ سانتی متر تهیه کرده و کف و دیواره آن را چرب کنید. زرده های تخم مرغ را به همراه پودر قند در کاسه ای ریخته و به اندازه ای بزنید که حالت کرم مانند و کش دار به خود بگیرد.

۲) آب داغ را به همراه آرد و بیکینگ پودر به زرده زده شده تخم مرغ اضافه کرده و هم بزنید. از طرف دیگر، سفیده ها را در کاسه ای تمیز ریخته و به آرامی هم بزنید، سپس به مخلوط زرده ها اضافه کنید.

۳) مخلوط خمیر کیک را داخل قالب ریخته و به مدت ۱۵ تا ۲۰ دقیقه روی حرارتی که از پیش برای گرم کردن فر تنظیم کرده بودید، قرار دهید تا پخته و رنگ آن طلایی متمایل به قهوه ای روشن شود

▪ نکته: برای امتحان، با دست روی آن فشار وارد کنید. اگر سفت شده بود قالب را بیرون آورده و پس از سرد شدن، روی سطحی میله ای برگردانید و مدتی صبر کنید تا آن طرف کیک کاملاً سرد شود.

۴) پس از آن با چاقوی تیز و لب کنگره ای، کیک را با دقت به صورت طولی به ۲ نیم کرده و هر نیمه را به طور جداگانه در ظرفی قرار دهید.

۵) پس از آن - با مخلوط کردن پنیر خامه ای، خامه، پودر قند و آب لیموترش - مواد داخل این کیک پنیر را آماده کنید. حالا یک لایه از کیک را روی سینی بزرگی قرار داده، سپس مخلوط خامه ای داخل کیک را با قاشق روی آن ریخته و خوب پخش کنید. در پایان، لایه دیگر کیک را روی مخلوط خامه ای قرار داده و با دست کمی فشار دهید.

۶) کیک را به مدت ۳ تا ۴ ساعت در یخچال بگذارید تا خامه، خودش را بگیرد. سپس مقداری پودر قند الک شده روی آن پاشیده و با چاقو به قطعات

کوچک ببرید و همراه با میوه‌های فصل و خلال پوست لیموترش سرو کنید.

منبع : همشهری آنلاین

<http://vista.ir/?view=article&id=104155>



کیک انجیر و ماست

کیک انجیر یکی دیگر از کیک‌های میوه‌ای است که در آن به جای شیر از ماست استفاده می‌شود و طعم نسبتاً ترش ماست در ترکیب با شیرینی حاصل از انجیر و عسل، کیک خوشمزه را ایجاد می‌کند.

• مواد لازم برای ۸ نفر:

- ۱۰ عدد انجیر متوسط (هر کدام را به ۸ قسمت تقسیم کنید)

- ۳ قاشق سوپ‌خوری عسل

- ۲۰۰ گرم یا یک پیمانه کره نرم‌شده

- ۱۷۵ گرم یا سه‌چهارم پیمانه پودر قند

- پوست رنده‌شده یک عدد لیموترش

- پوست رنده‌شده نصف پرتقال

- ۴ عدد تخم‌مرغ (سفیده و زرده آن جدا شود)

- ۲۲۵ گرم یا ۲ پیمانه آرد سفید گندم

- یک قاشق چای‌خوری بیکینگ پودر

- یک قاشق چای‌خوری سودا

- ۲۵۰ میلی‌لیتر یا یک پیمانه ماست



- مقداری عسل برای براق کردن انجیرهای پخته روی کیک

• طرز تهیه:

- ۱) فر اجاق گاز را روی ۱۸۰ درجه سانتی‌گراد یا ۳۵۰ درجه فارنهایت یا شماره ۴ از قبل گرم کنید. قالب کیک با قطر ۲۳ سانتی‌متر را آماده کنید، سپس کف و دیواره آن را بعد از چرب کردن با روغن مایع، با کاغذ روغنی مخصوص شیرینی‌پزی پوشش دهید. حالا برش‌های انجیر را در کنار و همچنین روی هم در کف قالب بچینید و ۲ قاشق عسل را روی انجیرها بریزید.
- ۲) کره، پودر قند، رنده پوست لیمو و پرتقال را در کاسه بلوری بزرگی بریزید و با همزن شروع به مخلوط کردن آنها بکنید تا مخلوط حاصل، بی‌رنگ شده و پف کند. سپس کم‌کم زرده‌های تخم‌مرغ را به آن اضافه کرده و هم بزنید.
- ۳) مواد لازم خشک شامل آرد، بیکینگ پودر و سودا را در ظرفی با هم مخلوط کرده و سپس کمی از آن را به مخلوط کرمی اضافه کنید و خوب هم بزنید، سپس یک قاشق ماست به آن افزوده و هم‌زدن را ادامه دهید. همین کار را به نوبت تا زمانی تکرار کنید که مخلوط خشک و ماست تمام شده و خمیری حاصل شود.
- ۴) کاسه تمیزی آماده کنید و سفیده‌های تخم‌مرغ را در آن بریزید و با مخلوطکن آن‌قدر بزنید تا پف کرده و سفت شود. حالا ابتدا نیمی از آن را به مایه کیک اضافه کرده و آرام هم بزنید، سپس باقیمانده سفیده زده‌شده را افزوده و هم‌زدن را یکی‌دو بار به آرامی انجام دهید. مایه کیک را روی انجیرها بریزید و به مدت یک ساعت در فر حرارت دهید تا بپزد.

منبع : روزنامه همشهری

<http://vista.ir/?view=article&id=90584>

 **vista.ir**
Online Classified Service

کیک بادام با خامه

- مواد لازم برای کیک:
- ۲۵۰۰ گرم بادام پوست کنده
- ۲۰۰ گرم شکر





- ۵۰ گرم آرد سفید
- ۲ عدد تخم مرغ
- نیم دسی لیتر آب
- ۱ قاشق چای خوری بیکن پودر (پودر شیرینی پزی)
- ۱ تا ۲ قاشق سوپ خوری روغن یا کره
- مقداری کاغذ مخصوص شیرینی پزی
- مواد لازم برای تزئین:

- ۲,۵ دسی لیتر خامه مایع
- ۵۰ گرم شکلات قهوه‌ای
- مقداری توت سیاه یا تمشک

• ظروف و وسایل لازم:

یک ظرف کیک‌پزی (گرد به قطر تقریبی ۲۲ سانتیمتر)، ماشین آشپزخانه برای مخلوط کردن، اگر ظرف گرد نداشتید از ظروف دیگر همی می‌توانید استفاده کنید

• طرز تهیه کیک:

بادام‌ها را چرخ کنید نیازی نیست کاملاً به شکل پودر در آید.

شکر و تخم مرغ‌ها را با ماشین همزن آشپزخانه بزنید تا مایع سفت شود یک چیزی شبیه به خامه خواهد شد. بعد از این مرحله دیگر نباید از ماشین همزن استفاده شود. باقی مواد را، بادام خرد شده و آرد و بیکن پودر را با احتیاط به آن بیفزایید، دقت کنید زیاد نباید هم بزنید خیلی با احتیاط! آخر سر هم آب را بیفزایید و با احتیاط هم بزنید.

ظرف کیک‌پزی را با کره یا روغن آب شده خوب چرب کنید و سپس کاغذ مخصوص شیرینی‌پزی را کف ظرف کیک‌پزی پهن کنید با دست آنرا صاف کنید و همین‌طور دیواره ظرف را با کاغذ مخصوص شیرینی پزی بپوشانید سپس خمیر بدست آمده را در ظرف بریزید با احتیاط با قاشق روی آنرا صاف کنید. فر را تا ۱۸۰ درجه گرم کنید ظرف محتوی خمیرکیک را در وسط فر قرار دهید و آنرا برای مدت ۳۰ دقیقه بپزید. پس از اتمام کیک را با احتیاط از ظرف خارج کنید کاغذهای آشپزی را با احتیاط از آن جدا کنید سپس آنرا برای مدتی به حال خود رها کنید تا سرد شود.

• روش تزئین:

مایع خامه را با ماشین همزن خوب بزنید تا سفت شود. دقت کنید زیاد از حد هم نزنید در غیر این صورت خامه تبدیل به کره خواهد شد، همین که خامه سفت شد کفایت می‌کند.

کیک را در ظرفی که می‌خواهید سرو کنید قرار دهید سپس با خامه آنرا بپوشانید با کارد یا وسیله دیگری خامه را صاف کنید (نه با این شکلی که

من درست کرده‌ام! وقت نداشتم با عجله درست شده! کمی هم تنبل بودم!).
شکلات را با کارد خورد کنید و روی خامه بریزید سپس با مقداری توت‌سیاه یا تمشک تزئین کنید

<http://vista.ir/?view=article&id=88673>



کیک بادامی

شرح حال این غذا:

مواد لازم:

تخم مرغ ۸ عدد

بادام چرخ کرده پوست گرفته ۲۰۰ گرم

آرد سفید ۱۰۰ قاشق سوپخوری

شکر ۲۰۰ قاشق سوپخوری

بیکینگ پودر یک قاشق چایخوری

وانیل یا بادام تلخ نصف قاشق سوپخوری

کرم انگلیسی یا کرم پاستیستر یک پیمانه

دستور تهیه: زرده و سفیده تخم‌مرغ را از هم جدا کرده زرده را با شکر و بیکینگ پودر و اسانس‌ی که دوست داریم مخلوط کرده می‌زنیم تا کاملاً سفید و سفت شود سفیده را جداگانه آنقدر می‌زنیم تا از تخم‌مرغ زردی نریزد، بعد سفیده را با زرده مخلوط می‌کنیم و بادام و آرد را می‌ریزیم و بهم می‌زنیم و مایه را در قالب گردی که چرب و آماده کرده‌ایم میریزیم قالب را روی پنجره اول فر قرار می‌دهیم و حرارت را به ۳۵۰ درجه می‌رسانیم و یک ساعت کیک را می‌گذاریم بپزد بعد قالب را از فر بیرون می‌آوریم و بعد از سرد شدن کیک را از قالب خارج می‌کنیم و از ارتفاع دو یا سه ورق می‌بریم و روی هر ورق را کمی کرم انگلیسی می‌مالیم و قطعات کیک را روی هم قرار می‌دهیم و کمی از کرم به اطراف کیک می‌مالیم و کمی بادام خرد کرده بو داده دور کیک می‌پاشیم و روی کیک را کمی خاکه قند می‌ریزیم در صورت مصرف بادام تلخ آنرا با بادام چرخ کرده مخلوط

می‌کنیم.

منبع : روجین سایت مازندران

<http://vista.ir/?view=article&id=8032>



کیک بادامی

- مواد لازم
 - سفیده تخم مرغ ۱۰ عدد
 - زرده تخم مرغ ۷ عدد
 - نمک ۴/۱ قاشق مربا خوری
 - شکر ۱ و ۲/۱ پیمانه
 - کرم تارتار ۷ تا ۸ قاشق
 - عصاره بادام ۱ قاشق
 - آرد پاستری ۱ پیمانه
- طرز تهیه



به سفیده های تخم مرغ نمک را اضافه می کنیم و میزنیم تا زمانیکه که شفاف شوند. کرم را هم می زنیم تا وقتی که سفت شود . زرده ها را با آبلیمو جداگانه می زنیم و ۲ قاشق سفیده را هم به آن اضافه می کنیم . به بقیه سفیده ها شکر را پس از الک کردن اضافه می کنیم و هم میزنیم و همه مایه را با هم ترکیب می کنیم . مایه را درون قالب می ریزیم و یک ساعت کیک را می گذاریم بپزد و بعد آنرا از فر خارج می کنیم و می گذاریم سرد شود. سپس روی آنرا با کرم تارتار که یک قاشق شکر به آن اضافه کرده ایم و بادام تزیین می کنیم .

منبع : آشپزباشی

<http://vista.ir/?view=article&id=77855>

 **vista.ir**
Online Classified Service

کیک بستنی میوه‌ای

حالا که قرار است شما زحمت آماده کردن یکی از وعده‌های غذایی در روز زن را بکشید،

اگر همسران شاغل است و احيانا در آن روز ديرتر از شما به خانه می‌رسد، با درست کردن یک کیک بستنی خوشمزه و زیبا، پذیرایی روز زن را تکمیل کنید. این کیک بستنی، بسیار ساده و سریع درست می‌شود؛ اگر باور ندارید امتحان کنید.

• مواد لازم:

- کیک اسفنجی ساده دایره یا مستطیل شکل (آماده تهیه کنید)

- بستنی وانیلی یا توت‌فرنگی؛ به مقدار لازم

- توت فرنگی؛ نیم کیلوگرم

- پودر قند؛ به مقدار لازم برای تزیین

• روش تهیه:

۱) ابتدا برگ‌های توت‌فرنگی‌ها را جدا کنید و پس از شست‌وشو، داخل سبدي بریزید تا آب اضافی آنها خارج شود.

در این فاصله زمانی، کیک اسفنجی را با چاقوی اره‌ای بزرگی به صورت مقطعی چند برش برش کنید. هنگام برش زدن مراقب باشید که کیک آسیب





نبیند. درواقع عرض هر برش نباید کمتر از یک سانتی‌متر باشد.

(۲) پس از آنکه کیک را به لایه‌های مختلف یک سانتی‌متری بدل کردید،

توت‌فرنگی‌ها را به جز ۴ تا ۵ عدد، با چاقو نصف کنید؛ سپس لایه اول کیک را داخل ظرف موردنظر قرار دهید.

(۳) حالا با استفاده از قاشق مخصوص، چند گوله بستنی را روی اولین لایه کیک گذاشته، سطح خالی باقیمانده آن را با برش‌های توت‌فرنگی پر کنید. سپس لایه دیگری از کیک را روی بستنی و توت‌فرنگی قرار داده و با دست کمی فشار دهید.

این کار را تا جایی ادامه دهید که لایه آخر کیک را بستنی و توت‌فرنگی‌های درسته تشکیل دهد. مرحله پایانی پاشیدن مقداری خاک قند روی بستنی و توت‌فرنگی است.

به همین راحتی و در مدت زمان حدود نیم ساعت، شما می‌توانید یک کیک بستنی متفاوت آماده کنید.

فقط آن را تا پیش از به خانه رسیدن همسرتان در یخچال نگهدارید. (ناخنک هم ننزید!)

منبع : همشهری آنلاین

<http://vista.ir/?view=article&id=108501>



کیک پرتقال

مواد لازم:

تخم مرغ: ۳ عدد

شکر: ۱ لیوان

روغن مایع: یک سوم لیوان

آرد: ۲ لیوان

بیکینگ پودر: ۲ قاشق مرباخوری

آب پرتقال: سه چهارم لیوان

وانیل: يك دوم قاشق چایخوری
پوست پرتقال رنده شده: کمی

دستور تهیه:

تخم مرغها را همراه با شکر و وانیل خوب با همزن می‌زنیم تا کاملاً غلیظ و سفید شود، روغن را اضافه کرده و پس از یکی دو چرخ همزن را خاموش می‌کنیم.

سپس رنده پوست پرتقال و آب پرتقال را اضافه می‌کنیم، آرد و بیکینگ پودر را هم در دو سه نوبت ریخته با مایه مخلوط می‌کنیم، مایه آماده را در قالبی که قبلاً کاغذ انداخته و چرب کرده‌ایم می‌ریزیم و به مدت يك ساعت با حرارت ۳۵۰ درجه در فر می‌پزیم.

منبع : سایت تخصص بانوان یزد

<http://vista.ir/?view=article&id=6833>



کیک پرتقال و بادام

- مواد لازم:
- کره: ۲۰۰ گرم
- رنده پوست پرتقال: يك قاشق غذاخوری
- شکر: ۱۲۵ گرم
- تخم مرغ: ۳ عدد
- آرد: ۲۰۰ گرم
- پودر بادام: ۱۲۵ گرم
- ماست: ۲۰۰ گرم



▪ آب پرتقال (جهت شربت): ۱۲۵ سی سی

▪ خلال بادام بو داده: ۵۰ گرم

▪ شکر (جهت شربت): ۲۲۵ گرم

▪ آب پرتقال: ۲۰۰ سی سی

• طرز تهیه:

ابتدا فر را با حرارت ۱۶۰ درجه گرم کرده و قالب کیک را چرب می کنیم و داخل آن را با کاغذ روغنی می پوشانیم. کره، شکر و رنده پوست پرتقال را با همزن می زنیم تا به حالت کرم درآید و رنگ آن روشن شود. سپس تخم مرغها را دانه دانه افزوده و مخلوط را خوب هم می زنیم تا حالت پفکی بگیرد، آن گاه آرد، پودر بادام، آب پرتقال و ماست را افزوده و خوب مخلوط می کنیم. سپس مایه در قالب ریخته و در فر به مدت ۵۰ دقیقه می پزیم. آب پرتقالی را که جهت شربت تهیه کرده ایم، با شکر به مدت پنج دقیقه جوشانده و هنگامی که کیک پخت، آن را از قالب درآورده و تا گرم است، شربت را روی آن ریخته و کیک را به همراه فیله پرتقال و خلال بادام بود داده، تزیین و میل می کنیم.

منبع : خانواده سبز

<http://vista.ir/?view=article&id=73845>

 **vista.ir**
Online Classified Service

کیک پرتقال و کاکائو

• مواد لازم برای هشت نفر

▪ یک فنجان شکر

▪ نصف فنجان آب

▪ نصف فنجان کره

▪ چهار عدد تخم مرغ

▪ یک سوم فنجان خامه



- یک قاشق غذاخوری شربت
- ۸۵ گرم شکلات تخته ای تلخ (خرد شده)
- سه چهارم فنجان آرد سفید
- یک و نیم قاشق چای خوری بیکینگ پودر
- نصف قاشق چای خوری جوش شیرین
- نصف قاشق چای خوری نمک
- دو قاشق غذاخوری آب پرتقال
- یک قاشق غذاخوری پوست پرتقال رنده شده
- یک فنجان شکلات خرد شده



▪ دو قاشق غذاخوری آب پرتقال

▪ نصف فنجان مارمالاد پرتقال

• طرز تهیه

فر را از قبل با درجه حرارت ۱۷۵ درجه سانتیگراد گرم کرده و ظرف مورد نظر را چرب و ته آن کمی آرد بپاشید. شکلات تلخ را پس از ذوب کردن با آرد، بیکینگ پودر، جوش شیرین و نمک مخلوط کنید. در یک کاسه بزرگ کره و شکر را مخلوط کرده و تخم مرغ ها را یکی یکی به آن بیفزایید. شکلات و دو قاشق غذاخوری آب پرتقال را به آن اضافه کنید. حال مخلوط آرد و آب را یکی در میان به ترکیب افزوده و هم بزنید. پوست پرتقال را به مخلوط افزوده و خمیر را درون قالب ریخته و به مدت ۳۵ دقیقه درون فر قرار دهید. پس از خنک شدن مخلوط کاکائو، خامه و شربت را تهیه کرده و کیک را از وسط به صورت افقی نصف کنید. یک قاشق غذاخوری آب پرتقال بین دو لایه ریخته و سپس مارمالاد را بین دو لایه بریزید. حال مخلوط شکلات را روی کیک ریخته و آن را تزئین کنید.

فرشته علیزاده

منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=130919>

کیک پرتقالی بپزیم

شما می توانید با پخت يك كيك پرتقالی در نهایت مهارت کدبانوگری خود را به همسر و فرزندان نشان دهید.

مواد لازم برای چهار نفر:

• آرد: ۳۵۰ گرم،

• تخم مرغ: پنج عدد،

• کره: ۱۵۰ گرم،

• پرتقال درشت: دو عدد،

• شکر: ۲۵۰ گرم،

• بیکینگ پودر: يك قاشق مرباخوری،

• پوست رنده شده پرتقال: يك قاشق مرباخوری.

• شیوه پخت: ۱۵۰ گرم شکر را با کره مخلوط کرده و آن را خوب هم می زنیم تا کرم سفید رنگی به دست آید. زرده تخم مرغ ها را با بقیه شکر

مخلوط می کنیم و آن را خوب به هم می زنیم تا زرده کاملاً پف کند. سپس يك قاشق مرباخوری پوست پرتقال رنده شده را به زرده می افزاییم. نصف آب پرتقال را به کرم و زرده تخم مرغ پف کرده اضافه می کنیم و آرام، مخلوط را هم می زنیم. آرد و بیکینگ پودر را يك بار الک کرده و آن را به تدریج همراه با سفیده تخم مرغ پف کرده در سه مرحله به مایع كيك اضافه می کنیم.

سپس مایع كيك را به حالت دورانی، آرام هم می زنیم. بعد قالب كيك را چرب کرده و مقداری آرد در آن می پاشیم و مایع كيك را در آن می ریزیم. سپس قالب را در وسط پنجره فر با درجه حرارت ۳۵۰ فارنهایت یا ۱۷۶ درجه سانتی گراد به مدت ۵۰ تا ۶۰ دقیقه قرار می دهیم تا كيك پخته و طلایی رنگ شود. پس از خنك شدن كيك می توانیم سطح كيك را با ژله پرتقالی و پرتقال پوست گرفته و پرپر شده، تزیین کنیم، تزیین ساده تر پاشیدن پودر شکر بر روی كيك آماده است.



منبع : روزنامه جوان

<http://vista.ir/?view=article&id=75831>

کیک پنیر

مواد لازم:

• مواد لازم برای تهیه خمیر زیر کیک

روغن جامد: ۵۰ گرم

وانیل: یک سوم قاشق چایخوری

نمک: کمی

آرد: ۱۲۵ گرم

شیر: به مقدار لازم



• مواد لازم مایه داخل کیک

پنیر دانمارکی بی نمک: ۴۰۰ گرم

خامه: ۱۰۰ گرم

وانیل: یک سوم قاشق چایخوری

شکر: یک فنجان و نیم

آرد: ۳ قاشق غذاخوری

نمک: یک چهارم قاشق چایخوری

تخم مرغ: ۴ عدد

خامه: یک چهارم فنجان

• دستور تهیه:

طرز تهیه خمیر زیر کیک

این خمیر مانند خمیر پای سیب تهیه می شود، خمیر را روی میز آرد پاشیده شده پهن کرده و به ضخامت ۲ تا ۳ میلی متر باز کرده و در کف قالب پهن می کنیم و به مدت ۲۰ دقیقه با حرارت ۲۵۰ درجه می پزیم تا کمی طلایی شود.

• طرز تهیه کیک

شکر، وانیل، نمک و تخم مرغها را خوب با همزن می زنیم، سپس خامه و پنیر را اضافه کرده و باز با همزن می زنیم تا خوب حل شود، همزن را خاموش کرده و آرد را در چند نوبت می ریزیم و با مایه مخلوط می نمائیم، اگر مایل باشید می توانید کمی رنده ی پوست لیموترش و دو قاشق آب لیمو به این مایه اضافه نمائید. حال این مواد را داخل ظرفی که قبلاً خمیر در آن پخته شده روی خمیر پخته شده ریخته و سطح آن را صاف کرده و در فر ۲۵۰ به مدت ۳۰ تا ۴۰ دقیقه پخته و برای امتحان کردن از يك چاقوی تیز استفاده می کنیم، به تیغه ی چاقو چیزی نباید چسبیده باشد، اگر خواسته باشیم کیک پنیر، شکلاتی باشد، سس شکلات را در آخر کار به این مایه اضافه می کنیم.

منبع : سایت تخصص بانوان یزد

<http://vista.ir/?view=article&id=6832>



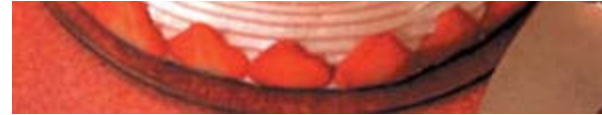
کیک توت فرنگی با موس شکلات سفید

اگر از دوستداران شکلات سفید هستید این کیک شکلاتی سفیدرنگ با توت فرنگی را حتماً امتحان کنید.

• مواد لازم:

- ۱۱۵ گرم شکلات سفید خردشده
- ۱۲۰ میلی لیتر یا نصف پیمانه خامه
- ۱۲۰ میلی لیتر یا نصف پیمانه شیر
- نصف قاشق چایخوری وانیل
- ۱۱۵ گرم یا نصف پیمانه کره
- ۱۷۵ گرم یا سه چهارم پیمانه شکر
- سه عدد تخم مرغ





- ۲۲۵ گرم یا دو پیمانه آرد
- دو قاشق چایخوری بیکینگ پودر
- ۶۷۵ گرم توت فرنگی ورقه شده

- ۷۵۰ میلی لیتر یا سه پیمانه خامه برای روی کیک
- سه قاشق سوپخوری پودر قند
- برای موس شکلات سفید؛
- ۲۵۰ گرم شکلات سفید خردشده
- ۳۵۰ میلی لیتر یا نیم پیمانه خامه
- یک قاشق چایخوری اسانس توت فرنگی (در صورت تمایل)
- طرز تهیه:

فر را روشن کرده روی درجه ۱۸۰ درجه سانتی گراد یا ۳۵۰ درجه فارنهایت قرار دهید. کف دو عدد قالب کیک گرد به قطر ۲۳ سانتی متر را با کاغذ روغنی بپوشانید و آنها را با روغن چرب کرده کمی آرد در آنها بپاشید.

خامه و شکلات را در ظرفی ریخته و آن را درون ظرف بزرگتری حاوی آب جوش قرار دهید و بر روی حرارت ملایم اجاق گاز بگذارید. مرتب هم بزنید تا شکلات ذوب شده و مخلوط یکنواخت شود. آن را کنار بگذارید تا سرد شود.

در کاسه بزرگی کره و شکر را با هم زن برقی به مدت سه تا پنج دقیقه بزنید تا مخلوط روشنی به دست آید. مواد چسبیده به اطراف کاسه را مرتب جدا کنید. سپس تخم مرغ ها را یکی یکی اضافه کرده و خوب مخلوط کنید. در یک ظرف کوچک آرد و بیکینگ پودر و وانیل مخلوط کنید. آرد و شکلات ذوب شده را به مایه کیک اضافه کنید و هم بزنید تا کاملاً با هم مخلوط شوند. این مایه را به تساوی در دو قالب بریزید و به صورت یکنواخت پخش کنید.

قالب ها را به مدت ۲۰ تا ۲۵ دقیقه در فر قرار دهید تا زمانی که اگر چوب کبریتی را در کیک فرو ببرید چیزی از مواد به آن نچسبد.

قالب ها را خارج کرده، اجازه بدهید کیک ها ۱۰ دقیقه در قالب سرد شوند سپس آنها را روی شبکه سیمی برگردانده و کاغذ زیر کیک ها را جدا کنید. بگذارید کاملاً سرد شوند. برای تهیه موس شکلات سفید در یک شیرجوش متوسط شکلات و خامه را مخلوط کرده روی شعله ملایم اجاق گاز حرارت دهید تا شکلات ذوب شده و مخلوط یکنواخت شود. اگر از اسانس توت فرنگی استفاده می کنید آن را در این مرحله به موس شکلات اضافه کنید و مخلوط را از روی حرارت برداشته در یک ظرف گود بریزید و در جایی قرار دهید تا خود را بگیرد. سپس آن را خارج کرده با یک چنگال کمی بزنید.

کیک ها را با یک چاقوی پهن از وسط ببرید تا چهار لایه کیک داشته باشید. یک لایه را در بشقابی قرار دهید و یک سوم موس را روی سطح کیک بمالید. یک سوم از توت فرنگی ورقه شده را روی موس بچینید و لایه دوم را روی آن قرار دهید. با یک سوم از بقیه موس و تکه های توت فرنگی لایه دوم را نیز بپوشانید و لایه سوم و چهارم را نیز به همین ترتیب روی هم بچینید.

خامه را با پودر قند مخلوط کرده با هم زن برقی بزنید تا فرم گرفته و کمی سفت شود. با نصف خامه زده شده روی سطح و دیواره کنار کیک را بپوشانید. بقیه خامه را در یک قیف مخصوص فرم دادن خامه بریزید و کیک را با دو ردیف گل خامه تزئین کنید، سپس بقیه توت فرنگی های ورقه شده را روی آن بچینید و تزئین کیک را کامل کنید.

مریم رشدی

منبع : روزنامه شرق

<http://vista.ir/?view=article&id=85545>

 **vista.ir**
Online Classified Service

کیک چای سبز (میکوهیگوچی (جعفری))

• مواد لازم:

- سفیده تخم مرغ: ۶ عدد؛
- زرده تخم مرغ: ۵ عدد؛
- شکر: ۱۲۰ گرم؛
- شیر: ۱۰۰ میلی لیتر؛
- روغن مایع: ۸۰ میلی لیتر؛
- آرد کیک: ۱۲۰ گرم؛
- پودر چای سبز: ۱۰ گرم.

(می توان به جای آن از پودر چای معمولی EARL GRAY که معطر است استفاده کرد)

اگر پودر چای سبز نداشتید می توانید از پودر چای، داخل ۴ عدد چای کیسه



ای استفاده کنید؛ این پودرها را داخل شیر بریزید.

• طرز تهیه:

(۱) با همزن برقی سفیده تخم مرغ ها را تا آنجا که کف کند و حجیم شود هم بزنید طوری که وقتی کف حاصله را به صورت قله کوه در می آورید به همان حالت بماند. بعد نصف شکر مورد نیاز (حدود ۶۰ گرم) را به آن اضافه کرده و دوباره هم بزنید.

(۲) ۶۰ گرم بقیه شکر را با زرده تخم مرغ ها با هم زن در یک ظرف دیگر خوب بهم بزنید تا این که رنگ آن مایل به سفید شود.

(۳) شیر را به زرده تخم مرغ ها و شکر که در ظرف دوم آماده کرده بودید اضافه کنید و کمی بهم بزنید و دوباره روغن را در حین هم زدن به آن اضافه کنید.

(۴) پودر چای سبز را با آرد کیک قاتی کرده در حال آلك کردن به مواد مرحله سوم اضافه کرده و بهم بزنید.

(۵) یک سوم مواد مرحله اول (ظرف شماره یک) را به مواد مرحله چهارم اضافه کنید و خوب بهم بزنید و بعد دو سوم بقیه مرحله اول را به همین مواد مرحله ۵ اضافه کرده ولی دقت کنید که طریقه بهم زدن شما به صورت برش های عمودی و افقی خیلی کم باشد.

(۶) به ظرف کیک چیزی نمالید (مانند روغن یا کره) و تمام مواد آماده شده را به داخل ظرف کیک بریزید بعد در حالی که ظرف و قسمت لوله وسط آن را با دو دست نگه داشته اید چند بار ته ظرف را (حدود ۳۰ بار) آرام به روی میز که روی آن پارچه ای قرار داده اید بزنید تا هوای اضافه داخل مواد کیک خارج شود.

(۷) ظرف کیک را که حاوی مواد است در فر با حرارت ۱۷۰ درجه سانتی گراد در حدود ۴۵ دقیقه قرار دهید.

(۸) بعد از پخته شدن، ظرف را برعکس کرده و وسط ظرف را که به شکل لوله توخالی است روی یک لیوان که سر و ته روی میزی قرار دارد، بگذارید تا این که کیک و ظرف آن سرد شود بعد از سرد شدن کامل با پالت دور کیک را از ظرف آن به آرامی جدا کنید کیک شما آماده سرو می باشد.

• نکته:

ظرف کیک شیفون به قطر ۲۰ سانتی متر ترجیحاً از جنس آلومینیوم، چون ظروف با پوشش تفلون در بعضی اوقات برای ساخت این کیک خوب عمل نمی کند.

منبع : خانواده ما

<http://vista.ir/?view=article&id=101562>

کیک چای کشمش

۲۲۵ گرم آرد سفید ، نصف قاشق چایخوری زنجبیل، نصف قاشق چایخوری دارچین، ۱۰۰ گرم مارگارین، ۱۰۰ گرم شکر قهوه ای، ۱۰۰ گرم کشمش پلوی، ۱۰۰ گرم کشمش سبز، ۵۰ گرم میوه خشک، یک عدد تخم مرغ درشت، ۵ قاشق سوپخوری شیر

آرد را الک کنید و با ادویه ها در کاسه ای بریزید. کره را اضافه و مخلوط کنید تا به صورت خرده های مغز نان درآید. کشمش ها، میوه خشک و شکر را اضافه کنید. تخم مرغ را با شیر مخلوط کرده و به مواد بالا اضافه نمایید و خوب بزنید. مایه حاصل را در قالب کیک گردی به قطر ۱۵ سانتیمتر که از قبل چرب کرده و کف آن را با کاغذ روغنی پوشانده اید بریزید و به مدت یک ساعت و ربع تا ۵/۱ ساعت در فر با درجه حرارت ۱۸۰ درجه سانتی گراد بپزید. سپس قالب را خارج کرده و



بگذارید کیک ۵ دقیقه در قالب بماند. آن را از قالب خارج کنید و روی شبکه سیمی سرد کنید.

منبع : روزنامه شرق

<http://vista.ir/?view=article&id=11339>

کیک چای گردو و پرتقال

۲۸۰ گرم آرد سبوس دار (آرد سنگك) ۱۸۵، میلی لیتر
آب گرم ۲۵، گرم کره ذوب شده ۵۰، گرم گردو ریز خرد
شده ۵۰، گرم شکر، رنده پوست يك عدد پرتقال
• برای تزئین

۱۰۰ گرم پودر قند الك شده ۵، قاشق سوپخوری آب
پرتقال، چند عدد گردوی درسته برای روی كيك
آرد را در کاسه گودی بریزید و آب را اضافه کنید تا خمیر
سفتی تشکیل شود.

آن را روی سطح صافی که کمی آرد روی آن پاشیده
اید به مدت ۵ دقیقه ورز دهید تا نرم و کشدار شود. آن
را به صورت مستطیلی درآورید و کره ذوب شده را با
قلم روی آن بمالید. شکر، رنده پوست پرتقال و گردو را
روی آن بپاشید و خمیر را دوباره لوله کنید. سپس به
صورت حلقه ای درآورده در سینی فر که از قبل با
قطعه ای کاغذ روغنی پوشانده یا آن را چرب کرده اید



بگذارید. روی آن را بپوشانید. به مدت ۱ تا ۵/۱ ساعت در جای گرمی قرار دهید تا ورآمده و حجم آن دو برابر شود.
كيك را به مدت ۱۵ دقیقه در فر با حرارت ۲۲۰ درجه سانتی گراد بپزید سپس حرارت را کاهش داده روی ۱۸۰ درجه سانتی گراد تنظیم کنید و
بگذارید ۱۵ دقیقه دیگر بپزد. آن را از فر خارج کرده و بر روی شبکه سیمی سرد کنید. برای تزئین كيك، پودر قند را با آب پرتقال مخلوط کنید و با قاشق
روی كيك بریزید و با نیمه‌های گردوی درسته تزئین کنید.

سپیده سلیمی

منبع : روزنامه شرق

<http://vista.ir/?view=article&id=11337>

کیک خارپشت

یک عدد کیک اسفنجی به قطر ۲۰ سانتی متر

دو قاشق سوپخوری پودر کاکائو

۴۰۰ گرم خامه زده شده با پودر قند

۵۰ گرم خلال بادام

۳ عدد اسمارتیز

کیک را به دو نیم دایره بریده و آنها را به صورتی که سطح روی کیک ها به هم بچسبند با کمی خامه زده شده ساندویچ کنید.

برای فرم دادن به بینی و پوزه خارپشت از یک طرف کیک را دو برش مایل نازک بدهید.

پودر کاکائو را با خامه زده شده مخلوط کنید و بزنیید تا خامه یکدست قهوه ای شود.

تمام سطح کیک را با لایه ای از خامه کاکائویی بپوشانید. در قسمت پوزه خارپشت

سطح خامه را تا حد امکان صاف کنید. در قسمت های دیگر بدن خارپشت با چنگال خطوطی موازی ایجاد کنید. خلال بادام ها را به عنوان خارهای

خارپشت روی سطح کیک فرو کنید. در آخر اسمارتیزها را در جای چشم و بینی خارپشت قرار دهید.



منبع : روزنامه شرق

<http://vista.ir/?view=article&id=6520>

کیک خامه

- مواد لازم:
- یک دوم فنجان آرد کیک
- یک دوم قاشق چای خوری نمک
- یک فنجان کره آب شده
- یک دوم فنجان شکر
- ۶ عدد تخم مرغ
- یک قاشق غذاخوری وانیل
- یک فنجان خامه
- طرز تهیه:



فر را از قبل با حرارت ۳۲۵ درجه گرم کنید. کره و آرد را با هم مخلوط (آرد را باید از قبل الک کنید) و سپس شکر را به آن اضافه کنید (حدود ۳ تا ۴ دقیقه به هم بزنید). هرچند دقیقه یک تخم مرغ به مخلوط اضافه کنید و آنقدر خوب به هم بزنید که مخلوط یکدست شود. وانیل را و سپس خامه را به آن اضافه کنید. مخلوط را داخل قالب بریزید و حدود ۳۸ تا ۴۰ دقیقه آن را در فر بپزید. بگذارید تا ۱۵ دقیقه سرد شود. آنگاه سرو کنید.

منبع : روزنامه کارگزاران

<http://vista.ir/?view=article&id=82189>

کیک خانه‌ای



• مواد لازم:

▪ کره: (نرم شده در دمای اتاق) ۱۲۵ گرم

▪ وانیل: نصف قاشق چای‌خوری

▪ شکر: نصف لیوان

▪ تخم‌مرغ: ۲ عدد

▪ آرد: ۱/۵ لیوان

▪ بیکینگ‌پودر: ۲ قاشق مرباخوری

▪ شیر: یک سوم لیوان

برای طراحی کیک به شکل خانه، ابتدا باید کیک‌اسفنجی یا کیک کره‌ای که طرز تهیه آن را در ذیل می‌خوانید، تهیه کنید.

• طرز تهیه:

(۱) کره و وانیل را با همزن می‌زنیم تا حالت کرم‌پیدا کند.

(۲) شکر را به کره افزوده و هم می‌زنیم (به مدت ۵ دقیقه).

(۳) تخم‌مرغ‌ها را یکی یکی اضافه کرده و همزدن را ادامه می‌دهیم.

(۴) آرد و بیکینگ‌پودر را با هم مخلوط می‌کنیم.

(۵) شیر و آرد را کم‌کم و در دو مرحله به مخلوط‌کره و شکر می‌افزاییم.

(۶) قالب مربع شکلی را در اندازه ۲۰ سانتی‌متر انتخاب می‌کنیم، مواد کیک را پس از چرب کردن قالب، درون آن می‌ریزیم و در فر که از ۱۵ دقیقه قبل در دمای ۱۷۵ درجه سانتی‌گراد گرم شده، می‌گذاریم تا بپزد.

(۱) برای تهیه این کیک به ۳ تکه کیک به شکل مربع به ضلع ۲۰ سانتی‌متر (برای درست کردن دیوارهای خانه)، دو تکه کیک مستطیلی به ابعاد ۲۰، ۱۰ سانتی‌متر جهت پوشاندن سقف ۸۰ گرم خامه شیرین شده و تکه‌هایی از آناناس نیاز داریم.

(۲) سه قطعه کیک مربع شکل را روی هم قرارداده و کناره‌های آن را با رنده صاف می‌کنیم.

(۳) لایه لای کیک‌ها را با خامه فرم گرفته و تکه‌هایی از آناناس می‌پوشانیم.

(۵) از خامه فرم گرفته برداشته و کناره‌های کیک و سپس روی کیک را با صاف‌کن صاف می‌کنیم.

(۶) دو تکه مستطیل را به صورت زاویه‌دار کنار هم قرار می‌دهیم تا سقف را بسازیم. بین این دو تکه را با خرده‌های کیک و خامه پر کرده و روی تکه‌ها

رانيز با خامه فرم گرفته صاف می‌کنیم.

(۷) روی کیک را با نی شور و شکلات‌های رنگی به دلخواه تزیین می‌کنیم.

▪ توجه: معمولا کیک کره‌ای را يك روز قبل تهیه می‌کنند تا طراحی و برش کیک به اشکال مختلف به راحتی انجام شود.

منبع : خانواده سبز

<http://vista.ir/?view=article&id=77101>

 **vista.ir**
Online Classified Service

کیک خرمایی با آناناس

• زمان تهیه: ۱۵ تا ۲۰ دقیقه، زمان طبخ: يك ساعت و ربع تا يك ساعت و نیم

• مواد لازم:

▪ ۵۰ گرم کره یا مارگارین

▪ ۲۲۵ گرم خرمای هسته گرفته و خرد شده

▪ ۵۰ گرم شکر قهوه ای (یا معمولی)

▪ ۱۵۰ میلی لیتر آب

▪ يك قاشق چایخوری جوش شیرین

▪ ۵۰ گرم آناناس خشك خرد شده

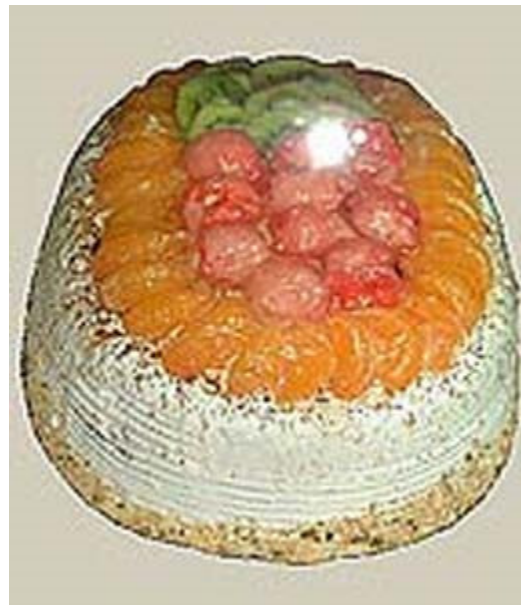
▪ يك عدد تخم مرغ

▪ ۲۲۵ گرم آرد

• برای روی کیک:

▪ دو قاشق سوپخوری عسل

▪ ۲۵ گرم آناناس خشك، خرد شده



کره، خرما، شکر و آب را در ظرفی ریخته روی اجاق گاز قرار دهید تا به جوش آیند. سپس از روی حرارت برداشته و کنار بگذارید تا سرد شوند. تخم مرغ را با يك چنگال خوب بزنید و سپس با بقیه مواد به مخلوط بالا اضافه کنید و خوب مخلوط کنید. این مایه را در يك قالب كيك صبحانه يك کیلوپی که از قبل کمی چرب کرده و کف آن را با کاغذ روغنی پوشانده اید بریزید. سطح روی مایه كيك را صاف کرده آن را در فر که از يك ربع قبل با دمای ۱۶۰ درجه سانتی گراد یا ۳۲۵ درجه فارنهایت روشن و گرم کرده اید بگذارید. كيك را به مدت يك ساعت و ربع تا يك ساعت و نیم و یا تا زمانی که مغزپخت شود در فر بپزید و سپس از فر بیرون آورده و از قالب خارج کنید. سپس روی شبکه سیمی سرد کنید. عسل را کمی حرارت بدهید و با يك قلم مو عسل ذوب شده را روی سطح كيك بمالید. سپس آناناس خشك را روی آن بپاشید و به صورت برش‌های باریك بریده سرو کنید.

منبع : روزنامه شرق

<http://vista.ir/?view=article&id=7077>

 **vista.ir**
Online Classified Service

کیک خرمایی با گردو

زمان تهیه: ۲۰ تا ۲۵ دقیقه

زمان طبخ: ۴۵ دقیقه

مواد لازم

۲۲۵ گرم آرد سفید

نصف قاشق چایخوری نمك

يك قاشق چایخوری جوش شیرین

۱۷۵ گرم خرماي هسته گرفته و خرد شده

۱۰۰ گرم گردوی درشت خرد شده

۲۵۰ میلی لیتر آب جوش



۵۰ گرم کره یا مارگارین
۱۰۰ گرم شکر قهوه ای (یا معمولی)
یک عدد تخم مرغ زده شده
پنج قاشق سوپخوری شیر



آرد را با نمک و جوش شیرین در ظرف گود مناسبی الک کنید.

خرما و گردو را در ظرفی ریخته و آب جوش را روی آنها بریزید. این مخلوط را کنار بگذارید تا کمی سرد شود.
کره را با شکر مخلوط کرده با همزن بزنید تا سبک و روشن شود. تخم مرغ را افزوده و خوب مخلوط کنید. آن را با خرما و گردو به مخلوط آرد و نمک و جوش شیرین بیفزایید و هم بزنید. در آخر شیر را اضافه کنید و پس از مخلوط کردن آنها با هم مایه را در یک قالب کیک صبحانه ۴۵۰ گرمی که از قبل آن را چرب کرده و کمی آرد در آن پاشیده اید بریزید و در فر که با حرارت ۱۸۰ درجه سانتی گراد یا ۳۵۰ درجه فارنهایت گرم کرده اید قرار دهید. کیک را ۴۵ دقیقه یا تا زمانی که مغزیخت شود بپزید. سپس از فر خارج کرده و از قالب بیورید. کیک را روی شبکه سیمی سرد کرده به صورت برش های نازک ببرید و سرو کنید.

منبع : روزنامه شرق

<http://vista.ir/?view=article&id=7078>

 **vista.ir**
Online Classified Service

کیک دو رنگ

- مواد لازم: تخم مرغ چهار عدد
- روغن مایع یک پیمانه
- آرد سفید یک و یک چهارم پیمانه لیوان
- پکینگ پودر یک قاشق چایخوری
- وانیل یک قاشق چایخوری





- پودر قند یک لیوان

- کاکائو یک قاشق مرباخوری

• طرز تهیه:

تخم مرغها و پودر قند را با همزن برقی زده تا کرم رنگ شود. سپس روغن را اضافه کرده و بدون همزن برقی با مفتول دستی می زنیم. آرد، پکینگ پودر و وانیل را اضافه ، مخلوط نموده، دو سوم از مواد را داخل قالبی که چرب شده و آرد نیزپاشیده شده، می ریزیم. یک سوم باقی مواد را با کاکائو مخلوط کرده و به طور مستقیم (خط راست) روی مواد داخل قالب می ریزیم. قالب کیک را در طبقه وسط فر با حرارت متوسط به مدت چهل دقیقه قرار می دهیم. ظاهر این کیک شبیه رولتی است که وسط آن نقطه قهوه ای رنگی دیده می شود.

• نکات مورد توجه:

(۱) فر را قبل از قرار دادن کیک در آن داغ داغ شود.

(۲) بایستی حرارت فر در ابتدا بالا باشد.

(۳) کیک را در یک جهت بهم بزنید در ضمن از زیاد هم زدن آن خودداری کنید.

(۴) میزان کیک کاکائو زده را زیاد نکنید زیرا کاکائو سنگین شکل رولتی وسط قهوه ای را به ما نمی دهد.

منبع : سایت یاد بگیر

<http://vista.ir/?view=article&id=94798>

 **vista.ir**
Online Classified Service

کیک ساده

• مواد لازم برای تهیه کیک ساده:

• ۴ عدد تخم مرغ

• ۲۵۰ گرم آرد

• ۲۵۰ گرم شکر



- یک دومپیمانه روغن مایع
 - یک دومپیمانه آب نیم گرم
 - ۲ قاشق مرباخوری بکینگ پودر
 - کمی وانیل
- ططرز تهیه:



زرده و سفیده تخم مرغها را از هم جدا می کنیم . اول زرده ها را مقداری زده و سپس وانیل و آب گرم را اضافه کرده ، می زنیم . تا خوب کف کند و سفید رنگ شود ، شکر را به زرده اضافه کرده و قدری دیگر می زنیم ، سفیده را جداگانه می زنیم و بعد مقداری شکر به روی آن می ریزیم و می زنیم تا خوب سفید و سفت شود ، روغن را به زرده و شکر اضافه کرده و با سفیده زده شده مخلوط می کنیم، درآخ کار آرد و بکینگ پودر را در مایه کیک ریخته و به هم می زنیم . قالب گرد ساده ای را انتخاب کرده ، ته آن را چرب می کنیم و مایه کیک را در قالب کیک ریخته ، به مدت ۴۰ دقیقه در حرارت ۲۵۰ درجه فارنهایت در پنجره پائین فر قرار می دهیم ؛ بعد ازاین مدت ، کیک را از فر خارج و پس از سرد شدن با کرم یا خامه روی کیک و اطراف آنرا تزئین می کنیم.

• نکات تغذیه ای:

در صورت پخت این کیک با همین میزان مواد ، کل آن دارای ۲۶۰۰ کالری است که اگر به ۸ قسمت مساوی تقسیم شود هر قسمت آن ۳۲۰ کالری دارد.

منبع : ایرانیان انگلستان

<http://vista.ir/?view=article&id=92746>

 **vista.ir**
Online Classified Service

کیک ساده برای تولد

• مواد لازم:

▪ آرد سفید تازه: دو لیوان

▪ روغن یک لیوان

▪ شیر: یک لیوان

▪ شکر: یک لیوان

▪ تخم مرغ: سه عدد

▪ بیکینگ پودر: دو قاشق چای خوری

• طرز تهیه: ابتدا آرد را به همراه بیکینگ پودر یک بار الک کنید. شکر و تخم

مرغ را در ظرفی با چنگال یا همزن برقی بزنید تا خوب سفت و سفید شود.

سپس روغن، شیر، آرد و بیکینگ پودر را در آن بریزید و چند بار هم بزنید.

اکنون می توانید قالب کیک را چرب کنید و کمی آرد در کف و اطراف آن

بپاشید. مایه کیک را در قالب بریزید. حال فر را گرم کنید و مدت ۳۰ دقیقه کیک را در درجه حرارت ۱۶۰ در فر قرار دهید. وقتی کیک پخت و سرد شد،

آن را با خامه فرم گرفته، تزیین کنید.



منبع : روزنامه جوان

<http://vista.ir/?view=article&id=76712>

 **vista.ir**
Online Classified Service

کیک ساده و خوشمزه

• مواد لازم:

▪ روغن مایع: ۲/۱ لیوان (۱۲۰ گرم)



- آرد؛ ۵/۲ لیوان (۲۵۰ گرم)
- بکینگ پودر؛ ۱۰ گرم
- نمک؛ یک قاشق چای خوری
- شکر؛ ۲/۱ لیوان (۱۲۰ گرم)
- شیر؛ یک لیوان (۲۵۰ سی سی)
- تخم مرغ؛ ۲ عدد
- وانیل؛ ۵ گرم
- روش پخت:



ابتدا تخم مرغ، شکر و وانیل را با همزن دستی یا برقی کمی می زنیم. سپس روغن و شیر را اضافه می کنیم. آرد، بکینگ پودر و نمک را مخلوط کرده و به مایه فوق اضافه می کنیم. به آرامی مواد را با هم مخلوط می کنیم و در قالبی که از قبل چرب شده می ریزیم و در فر که از قبل با حرارت ۲۰۰ درجه سانتی گراد گرم شده می گذاریم. می توان ۴ قاشق از مواد فوق را با ۵/۱ تا ۲ قاشق پودر کاکائو مخلوط کرد و کیک را به صورت دو رنگ تهیه کرد.

منبع : روزنامه اطلاعات

<http://vista.ir/?view=article&id=114499>

 **vista.ir**
Online Classified Service

کیک ساندویچی کدو حلوائی

- زمان تهیه: ۴۶ دقیقه
- مواد لازم برای هشت نفر
- سه چهارم فنجان آرد سفید
- یک و نیم قاشق چای خوری ادویه



- یک قاشق چای خوری بیکینگ پودر
- یک چهارم قاشق چای خوری نمک
- سه عدد تخم مرغ
- یک فنجان شکر
- سه چهارم فنجان پوره کدو حلواپی
- نصف فنجان خامه



- ۱۱۲ گرم پنیر خامه ای
- نصف فنجان پودر شکر
- خامه شکلاتی
- طرز تهیه

فر را از قبل با درجه حرارت ۱۷۵ درجه سانتی گراد گرم کنید. قالب کیک را چرب کرده و کاغذ روغنی بهن کنید. آرد، پوره کدو حلواپی، بیکینگ پودر و نمک را با هم مخلوط کنید. در کاسه دیگری تخم مرغ و شکر را به مدت پنج دقیقه با همزن بزنید. سپس مخلوط کدو حلواپی را به آن افزوده و آرد را به آن اضافه کنید. سپس آن را به مدت ۱۶ الی ۱۸ دقیقه درون فر قرار دهید و بگذارید خنک شود.

در یک کاسه خامه، پنیر خامه ای و پودر شکر را با هم مخلوط کنید. کیک را به صورت افقی از وسط دو نیم کرده و مخلوط خامه را وسط آن بمالید. سپس روی آن را با خامه شکلاتی بپوشانید و بگذارید تا خنک شود.

زهرا ریاحی

منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=130836>

 **vista.ir**
Online Classified Service

کیک سیب

- مواد لازم:

تخم مرغ: ۴ عدد، شکر: یک و نیم لیوان، آرد: دو و نیم لیوان، شیر: ۱ لیوان، وانیل: یک چهارم قاشق چایخوری، روغن مایع: ۱ لیوان سرخالی، بکینگ پودر: ۲ قاشق چایخوری، دارچین: ۲ قاشق چایخوری، سیب ورقه شده: ۲ عدد

- طرز تهیه:

ابتدا فر را روشن می‌کنیم تا گرم شود. تخم مرغ و شکر و وانیل را خوب به هم می‌زنیم تا پف کند و سفید شود. بعد آرد، بکینگ پودر و شیر را کم کم اضافه می‌کنیم و در آخر روغن را می‌افزاییم. در ته ظرفی که قرار است کیک را در آن طبخ کنیم کاغذ روغنی پهن می‌کنیم، سیب‌های ورقه شده را می‌چینیم و رویشان را با دارچین می‌پوشانیم. مایع کیک را آهسته روی سیب‌ها می‌ریزیم. توجه داشته باشید که ظرف کیک باید حدود ۲ سانت خالی بماند تا جای کافی برای پف کردن کیک وجود داشته باشد. ظرف کیک را داخل فر قرار می‌دهیم و با درجه ۲۰۰ درجه سانتی‌گراد به مدت ۴۵ دقیقه می‌گذاریم بپزد. در پایان ۴۵ دقیقه اگر خواستیم امتحان کنیم که کیک پخته یا نه، یک خلال دندان یا چوب کبریت داخل کیک فرو می‌کنیم. اگر چیزی به آن نچسبید یعنی کیک پخته است در غیر این صورت چند دقیقه دیگر به زمان پخت اضافه می‌کنیم. فراموش نکنید قبل از این‌که زمان پخت کامل شود در فر را باز نکنید چون پف کیک می‌خوابد.

منبع : نشریه بهکام

<http://vista.ir/?view=article&id=8783>

 **vista.ir**
Online Classified Service

کیک سیب با طعم شری

• مواد لازم برای کیک:

- کره ۱۲۵ گرم
- شکر ۱۲۵ گرم
- آرد ۱۲۵ گرم





- تخم مرغ ۲ عدد
- بیکن پودر ۱ قاشق چای خوری
- پودر وانیل ۱ قاشق چای خوری
- آب سرد ۱ قاشق سوپ خوری
- مواد لازم برای تزئین:
- سیب، سیب‌ها نرم نباشند ۲ تا ۳ عدد
- دسی لیتر کنیاک یا شری ۰,۵ (نیم)

- کشمش تقریباً ۱۰۰ گرم، ۱,۵ دسی لیتر
- شکر برای سیب‌ها ۲ قاشق سوپ خوری
- مربای نارنج یا زردآلو ۲ قاشق سوپ خوری
- دارچین ۱ قاشق سوپ خوری

▪ ۳ تا ۴ قاشق سوپ خوری بادام پوست کنده و ورقه ورقه شده. اگر ندارید می‌توانید از خلال بادام استفاده کنید

▪ ۲ قاشق سوپ خوری خلال پسته

• ظروف و وسایل لازم:

یک کاسه بزرگ (تقریباً ۵ لیتری) برای مخلوط کردن. یک ظرف فر به قطر ۲۰ تا ۲۲ سانتیمتر، گرد بهتر است اگر ندارید چهارگوش استفاده کنید.

• طرز تهیه:

برای اینکه کره نرم بشود اول از همه یکی دو ساعت قبل از شروع، کره را از یخچال خارج کنید.

دو ساعت قبل از درست کردن کیک کشمش‌ها را هم در شری یا کنیاک بخوابانید تا خیس بخورد. اگر کنیاک استفاده می‌کنید آنرا در شیشه یا ظرفی بریزید که بتوانید درش را محکم ببندید چونکه کنیاک زود تبخیر می‌شود. در ضمن کشمش را در این مدت چند بار هم بزنید تا کشمش‌ها یکنواخت خیس بخورند. نترسید کسی مست نخواهد شد، الکل در فر تبخیر خواهد شد و هیچ اثری از آن باقی نخواهد ماند، فقط طعم آن طعم کنیاک یا شری خواهد گرفت. در ضمن شرعا هم اشکالی ندارد! (فتوای آیت الله خُسن آقا دامت افاضاته!!)

سیب‌ها را پوست بکنید و بصورتی که در تصویر می‌بینید قاچ کنید، پس از قاچ کردن تخم‌ها و مرکز سیب را با کارد آهسته جدا کنید.

کره را با شکر خوب مخلوط کنید تا سفید رنگ شود. این کار را معمولاً باید به وسیله دست و یک چنگال انجام دهید و برای اینکه نتیجه خوبی بدست بیاید باید بازوهای قوی داشته باشد اگر قوی هیکل نیستید می‌توانید ثقل بکنید و با ماشین این کار را انجام دهید فقط بخاطر داشته باشید که ماشین آشپزخانه را با سرعت بسیار کم استفاده کنید. پس از اینکه کره با شکر خوب مخلوط شد (سفید رنگ شد) تخم مرغ‌ها را در آن بشکنید و باز خوب هم بزنید وقتی خوب مخلوط شد آرد و بیکن پودر و پودر وانیل را کم کم بیفزاید و مدام هم بزنید. برای اینکه نتیجه کار خوب بشود آرد را ترجیحاً با الک (وسیله‌ای برای تصفیه آرد) راستش را بخواهید مطمئن نیستیم اسمش این روزها هم "الک" باشد یک وسیله‌ای است

که از یک نوع توری فلزی تشکیل شده که آرد را در آن می‌ریزند و با تکان تکان دادن تصفیه می‌کنند (از هم جدا می‌کنند، تا بهم نچسبد). آخر سر هم یک قاشق آب سرد را به آن بیفزایند و هم بزنند. در آخر هم خلال پسته‌ها را در آن بریزند و مخلوط کنید.

قُرْم کیک را با کمی روغن چرب کنید تا کیک به آن نچسبد سپس خمیر آماده شده را در داخل آن بریزید و صاف کنید. فراموش نکنید ظرف باید به اندازه‌ای باشد که کمتر از نصف آن با مایه خمیر پر شود، بیاد داشته باشید که کیک هنگام طبخ پف خواهد کرد پس باید جای کافی برای آن منظور کنید. کشمش‌ها را از شری خارج کنید و روی خمیر بپاشید.

مقداری شکر و دارچین را مخلوط کنید و در یک بشقاب بریزید سیب‌ها را در آن بچرخانید تا با دارچین و شکر پوشیده شوند. سیب‌ها را بر روی خمیر به صورتی که در تصویر می‌بینید بچینید.

و در خر مقداری بادام را روی آن بپاشید. فر را تا ۱۷۵ درجه گرم کنید و کیک را به مدت ۳۰ دقیقه در طبقه پایین فر قرار بدهید.

مربا را با یک قاشق آب مخلوط کنید و آنرا کمی گرم کنید.

کیک را از فر خارج کنید و با قلم موی آشپزی با احتیاط مربا را بر روی کیک بمالید سپس آنرا دوباره داخل فر قرار بدهید و تقریباً ده دقیقه دیگر آنرا بپزید.

برای اینکه مطمئن شوید کیک آماده است یک چوب به قطر ۴ تا ۵ میلیمتر را در آن فرو کنید وقتی چوب را خارج کردید اگر خمیری به آن نچسبیده کیک حاضر است.

<http://vista.ir/?view=article&id=88672>

 **vista.ir**
Online Classified Service

کیک سیب با گردو

- مواد لازم
- آرد ۲۵۰ گرم
- تخم مرغ ۴ عدد
- شکر ۲۰۰ گرم



- روغن مایع یک پیمانه
- شیر نصف فنجان
- گردوی چرخ کرده یک فنجان
- سیب رنده شده یک فنجان
- دارچین یک قاشق چایخوری



- پودر جوزهندی نصف قاشق چایخوری
- نمک نصف قاشق چایخوری
- بکینگ پور یک قاشق مرباخوری
- طرز تهیه

آرد، بیکینگ پودر، دارچین و جوزهندی را الک کرده و کنار می گذاریم. تخم مرغ ها و شکر را با همزن خوب به هم می زنیم تا مایع پف کرده و سفید شود. سپس شیر و روغن را مخلوط کرده و در سه مرحله به مایع تخم مرغی اضافه می کنیم. آرد و بقیه مواد الک شده را نیز در سه مرحله به مواد فوق اضافه می کنیم و گردو و سیب را هم در مخلوط می ریزیم. سپس مایع کیک را در قالب چرب شده و آردپاشی شده می ریزیم. قالب را در وسط پنجره فر با حرارت ۲۵۰ درجه فارنهایت یا ۱۷۶ درجه سانتیگراد به مدت یک ساعت قرار می دهیم تا کیک بپزد. سطح این کیک را می توانیم با مقداری مارمالاد، سیب و گردو تزئین کنیم.

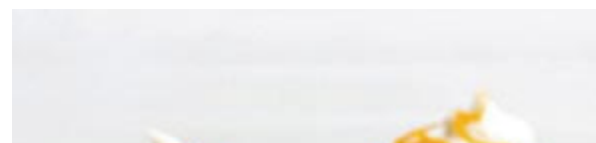
منبع : روزنامه کارگزاران

<http://vista.ir/?view=article&id=80718>

 **vista.ir**
Online Classified Service

کیک سیب زمینی

- مواد لازم برای ۲۴ عدد کیک کوچک
- دو فنجان آرد سفید



- دو قاشق چایخوری بیکینگ پودر
- یک قاشق چایخوری پودر دارچین
- نصف قاشق چایخوری جوش شیرین
- ربع قاشق چایخوری نمک
- یک فنجان کره
- یک و نیم فنجان شکر
- سه عدد تخم مرغ
- ۴۸۰ گرم سیب زمینی پخته و له شده
- نصف قاشق چایخوری وانیل
- خامه یا پنیر خامه ای برای تزئین



▪ خلال پوست پرتقال برای تزئین

• زمان تهیه: ۶۵ دقیقه

• طرز تهیه

فر را از قبل با درجه حرارت ۱۷۵ درجه سانتی گراد روشن کنید و قالب های کاغذی کیک را درون سینی فر بچینید. در یک کاسه متوسط آرد، بیکینگ پودر، دارچین، جوش شیرین و نمک را با هم مخلوط کنید. در کاسه دیگری کره را له کرده و با شکر آنقدر بزنید تا پف کند، سپس تخم مرغ ها را یکی یکی به آن اضافه کنید. حال سیب زمینی و وانیل را به آن افزوده و خوب هم بزنید. سپس مخلوط آرد را با آن مخلوط کنید. خمیر را درون قالب های کاغذی ریخته و به مدت ۲۰ دقیقه درون فر قرار دهید. پس از خنک شدن روی آن را با خامه یا پنیر خامه ای و خلال پوست پرتقال تزئین کنید.

فرشته علیزاده

منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=129495>

کیک سیب معطر

• مواد لازم:

- روغن زیتون: ۳ قاشق غذاخوری
- شکر دانه ریز یا آسیاب شده: سه چهارم فنجان
- تخم مرغ زده شده: ۲ عدد
- اسانس وانیل: ۱ قاشق چایخوری
- آرد الک شده: ۱ لیوان
- ادویه پای سیب: یک و یک دوم قاشق چایخوری
- سیب ورقه شده و بخارپز: ۴۰۰ گرم
- پوست لیموترش رنده شده: ۱ قاشق چایخوری
- کشمش پلویی: یک دوم لیوان

• طرز تهیه

ابتدا روغن و شکر را در یک کاسه بزرگ مخلوط کرده و وانیل و تخم مرغها را به آن اضافه کنید. آنگاه آرد و ادویه را در یک کاسه ریخته و مخلوط کنید و همچنین سیب، پوست لیمو و کشمش را نیز به همین ترتیب مخلوط کنید.

در مرحله بعد، از مخلوط آرد و مخلوط سیب به تناوب به مخلوط تخم مرغ اضافه کنید. سپس مخلوط را در یک ظرف کیک به قطر ۲۲/۵ سانتی متر و ارتفاع ۱ سانتی متری که قبلا آن را چرب کرده اید بریزید. در مرحله آخر ظرف را با حرارت ۱۸۰ درجه سانتیگراد یا ۳۵۰ درجه فارنهایت و به مدت ۳۰ تا ۴۵ دقیقه بگذارید بپزد، تا زمانی که سطح کیک طلایی رنگ شود. نکته قابل توجه اینکه، قبل از خارج کردن کیک از قالب، ۵ دقیقه صبر کنید تا خنک شود.

• ارزش غذایی:

- کالری: ۱۸۱ کیلوکالری
- چربی: ۵/۳ گرم
- کلسترول: ۳۳ میلی گرم
- فیبر: ۰/۳ گرم



منبع : خانواده سبز

<http://vista.ir/?view=article&id=76988>



کیک سیب نروژی

مواد لازم:

مواد لازم برای تهیه خمیر:

آرد الک شده: ۲ فنجان

بکینگ پودر: ۲ قاشق چایخوری

کره: ۱ دوم فنجان

نمک: ۱ چهارم قاشق چایخوری

تخم مرغ زده شده: ۱ عدد

آب: ۲ قاشق سوپخوری

پودر قند: ۱ دوم فنجان

وانیل: ۱ چهارم قاشق چایخوری

مواد لازم برای داخل کیک:

سیب بزرگ: ۳ عدد

شکر: ۱ چهارم فنجان

رنده پوست لیمو ترش: ۱ قاشق چایخوری

آب لیموترش: ۱ قاشق سوپخوری

دستور تهیه:

سیب ها را پوست کنده و به ورقه های نیم سانتیمتری بریده و با شکر و پوست لیمو و آب لیموترش بپزید. وقتی پخت، آن را آبکش کنید و بگذارید کاملاً خشک شود. کره را داخل مواد خشک نموده و با نوک چنگال مخلوط نمائید و در داخل ذرات آرد مخلوط کنید ولی نباید کره آب شود. سپس آب و تخم مرغ و وانیل را اضافه کرده، مخلوط نمائید و آن را ورز دهید. سپس ۲ سوم از خمیر را در قالب گرد ۲۲ سانتیمتری که قبلاً چرب شده بیندازید و آن را با فشار دست به شکل و اندازه قالب باز کنید. سپس مایه سیب را روی آن بگذارید. بقیه خمیر را با وردنه باز کنید و به صورت نوارهای دو سانتیمتری ببرید و این نوارها را به صورت حصیرباف روی سیب قرار دهید. سپس آن را در فر با حرارت ۲۵۰ درجه فارنهایت به مدت ۴۰ دقیقه بپزید.

منبع : سایت تخصص بانوان یزد

<http://vista.ir/?view=article&id=6830>

 **vista.ir**
Online Classified Service

کیک شاتوت

• مواد لازم

- یک و یک چهارم پیمانه شاتوت
- ۲۷۵ گرم شکر
- ۲۲۵ گرم کره نرم شده
- ۳ عدد درشت تخم مرغ
- نصف پیمانه شیر
- ۲۰۰ گرم آرد
- ۱ قاشق مرباخوری بکینگ پودر
- یک چهارم قاشق چای خوری وانیل



• طرز تهیه

ابتدا کره و شکر را با همزن هم می زنیم تا سفید شود . تخم مرغ ها را یک به یک اضافه کرده و هر کدام را با همزن به مدت ۱ دقیقه هم می زنیم . وانیل را اضافه می کنیم . پس از زدن تخم مرغ ها ، دیگر از همزن استفاده نمی کنیم . سپس دو قاشق آرد را با بکینگ پودر الک کرده و با شاتوت خوب مخلوط می کنیم . می گذاریم یک دقیقه بماند . شیر و مابقی آرد را در سه نوبت ، یک در میان (یعنی مقداری شیر و مقداری آرد) به این مخلوط اضافه کرده و هم می زنیم . در ته قالب که قبلاً چرب کرده ایم، مقداری از این مواد می ریزیم (حدود ۴ قاشق) سپس مخلوط شاتوت، آرد و بکینگ پودر را به مخلوط اول اضافه می کنیم . بعد این مواد را روی مواد قبلی در قالب می ریزیم.

• دما: ۱۸۰ درجه سانتی گراد یا ۳۵۰ درجه فارنهایت و یا درجه ۴ گاز

• قالب : گرد با وسط برآمده

• مدت زمان: ۱ ساعت و ۱۰ دقیقه

• پنجره: وسط فر

منبع : ایرانیان انگلستان

<http://vista.ir/?view=article&id=92752>



کیک شکلات

۳۷۵ گرم شکلات تلخ (۶۰ درصد)- ۲۵ گرم شکلات تلخ برای تزئین- ۱۷۰ گرم شیر تغلیظ شده- ۳۰۰ گرم بیسکویت سبوس دار (دیجستیو)- ۱۲۵ گرم مغز فندق بوداده. شکلات را با حرارت دادن در مایکروفر یا به روش بن ماری (حرارت غیرمستقیم) ذوب کنید و شیر تغلیظ شده را با شکلات مخلوط کنید. مغز فندق و بیسکویت ها را خرد کنید. قطعات فندق و بیسکویت را به مخلوط شکلات اضافه کنید. این مخلوط را در يك قالب مستطیل شکل مخصوص كيك صبحانه بریزید و در یخچال قرار دهید تا يك شب بماند. پس از اینکه شکلات کاملاً سفت شد آن را از قالب خارج کنید و به



صورت برش های باریک ببرید. شکلاتی که برای تزئین کنار گذاشته بودید رنده کنید و رنده شکلات را روی کیک شکلات بریده شده بریزید و سرو نمایید.



منبع : روزنامه شرق

<http://vista.ir/?view=article&id=11465>



کیک شکلات و قهوه (موکا)

- مواد لازم:
- دو سوم پیمانه کره
- یک سوم پیمانه پودر کاکائو بدون شکر
- ۱ ق.چ. پودر قهوه فوری
- ۱ پیمانه شکر
- ۲ عدد تخم مرغ
- ۱ ق.چ. وانیل
- سه چهارم پیمانه آرد
- نصف پیمانه شکلات خرد شده کم شیرینی
- ۱ ق.چ. رنده پوست پرتقال



• خاک قند (در صورت تمایل)

• روش تهیه:

۱) فر را با ۳۵۰ درجه فارنهایت (۱۷۶ درجه سانتیگراد) روشن کنید. کرده را در یک ماهیتابه متوسط روی حرارت کم قرار دهید تا آب شود. پودر کاکائو و قهوه را اضافه کرده و مخلوط کنید. مخلوط را از روی حرارت برداشته، شکر را اضافه نمایید. تخم مرغها را یک یکی به مخلوط اضافه کنید و سپس وانیل را بریزید. مواد را با همزن دستی و تا حدی که با هم ترکیب شوند، مخلوط کنید. خرده شکلاتها و رنده پوست پرتقال را اضافه کنید.

۲) خمیر را داخل قالب گردی در اندازه مناسب که زیاد عمیق نباشد و آن را با روغن چرب کرده اید بریزید و روی آنرا صاف و یکنواخت کنید و به مدت ۳۰ دقیقه در فر قرار دهید. پس از اینکه کیک کمی خنک شد، آن را از قابل خارج کرده، در صورت تمایل با خاکه قند تزئین کرده و به شکل مثلث برش بزنید.

این کیکها را میتوانید به مدت یک هفته در یک ظرف با دربهای غیر قابل نفوذ، در دمای اتاق یا در یخچال نگهداری نمایید.

منبع : ترانه ها

<http://vista.ir/?view=article&id=96450>



کیک شکلاتی

خامه : ۱ فنجان

شکر : ۱ فنجان

تخم مرغ : ۳ عدد

وانیل : قدری

آرد سفید : ۱,۷۵ فنجان

بکین پودر : ۱ قاشق مربا خوری

جوش شیرین : ۰,۲۵ قاشق مربا خوری

نمک : ۰,۲۵ قاشق مربا خوری

شکلات شیری : ۶۰ گرم

خامه ، شکر ، تخم مرغ ها را با هم مخلوط کرده خوب می‌زنیم.

کلیه مواد خشک را با هم الک کرده به مواد اولی می‌افزائیم.

شکلات را آب کرده به سایر مواد اضافه می‌کنیم.

قالب را چرب کرده مخلوط را در آن می‌ریزیم و به مدت نیم‌ساعت در فر ۲۷۰ درجه فارنهایت قرار می‌دهیم تا بپزد.

پس از خنک شدن بر گردانده روی آن را تزئین می‌نمائیم.

تبصره، قبل از بیرون آوردن از فر باید آن را با چاقوی تیز یا یک چوب کبریت و یا یک میل آزمایش کنیم

این کیک را می‌توان با انواع و اقسام مختلف تزئین نمود البته بهترین نوع تزئین آن چون خود کیک دارای شکلات است کرم کاکائویی است.

<http://vista.ir/?view=article&id=62>



کیک شکلاتی

- مواد لازم
 - یک سوم فنجان شکر،
 - یک چهارم فنجان آب سرد،
 - یک دوم قاشق چای خوری وانیل،
 - یک دوم فنجان آرد،
 - ۲ قاشق غذاخوری پودر کاکائو (تلخ)،
 - یک دوم قاشق چای خوری بیکینگ پودر،
 - دو قاشق غذاخوری ،



▪ یک قاشق چای خوری پودر شکر،

▪ دو قاشق غذاخوری گردو،

▪ دو قاشق غذاخوری کره نباتی.

• طرز تهیه

در یک ظرف بزرگ کره را آب کنید، آن را از روی اجاق گاز بردارید و شکر، آب سرد و وانیل را به آن اضافه کنید و کم کم آرد را داخل ظرف بریزید، به همراه پودر کاکائو و بیکنگ پودر به هم بزنید. سپس گردو را به آن اضافه کنید. خمیر به دست آمده را قالب کیک پزی بریزید و در دمای ۲۵۰ درجه فارنهایت به مدت ۲۰ دقیقه بپزید. هنگامی که سرد شد آن را به قطعات کوچک تقسیم کنید و کمی پودر قند روی آن بپاشید.

<http://vista.ir/?view=article&id=80392>



کیک شکلاتی با خامه گیلان

• مواد لازم :

▪ پودر کاکائو: ۱۰۰ گرم

▪ کره: ۲۵۰ گرم

▪ آرد: ۵۰۰ گرم

▪ آب: ۵۰۰ میلی لیتر

▪ روغن گیاهی: ۲۵۰ میلی لیتر

▪ شکر: ۷۵۰ گرم

▪ تخم مرغ: ۴ عدد

▪ بیکنگ پودر: ۳۰۰ گرم

▪ ماست چکیده: ۲۰۰ گرم



- خامه وانیلی: ۱۰۰ گرم
- مربای گیلاس: ۱۰۰ گرم



▪ شکلات تخته ای : ۳۰۰ گرم

• طرز تهیه:

پودر کاکائو، کره، آب و روغن را بجوشانید. سپس داخل يك كاسه بریزید و تکه‌های شکلات تخته‌ای و شکر را اضافه کنید. آنقدر بهم بزنید تا کاملاً سرد شود.

تخم مرغ‌ها را در ظرفی ریخته و آرد و بیکنگ پودر را الك کرده و به تخم مرغ‌ها اضافه کنید آن‌گاه ماست را هم به مواد اضافه کرده و خوب مواد را هم بزنید سپس این مواد را به موادتان که شامل پودر کاکائو و کره و روغن و آب بود اضافه کرده تمام این مواد را به خوبی با هم مخلوط کرده مخلوط آماده را در قالب کیک‌پزی بریزید و در فر با حرارت ۱۷۰ درجه سانتی‌گراد یا ۳۲۵ درجه فارنهایت در طبقه بالای فر به مدت ۴۵ دقیقه قرار دهید. زمانی که کیک کاملاً پف کرد و طلایی شد کیک ما آماده است.

بعد از اینکه کیک کاملاً سرد شد آن را وسط ظرف مورد نظر قرار داده و اطراف آن را با خامه بپوشانید، گیلاس‌ها را یکی یکی روی خامه‌ها بچینید برای تزیین سطح کیک هم می‌توانید از شکلات سفید رنده شده استفاده کنید.

منبع : خانواده سبز

<http://vista.ir/?view=article&id=75471>

 **vista.ir**
Online Classified Service

کیک شکلاتی با مایکروفر

- مواد لازم:
- تخم مرغ: ۴ عدد
- کره: ۱۰۰ گرم
- شکر: ۱۳۰ گرم





- آرد سفید: ۱۱۰ گرم
- کاکائو: ۲ قاشق سوپ‌خوری
- شیر هموژنیزه: ۰,۱۵ لیتر
- بکین پودر: ۱ قاشق مرباخوری
- روغن: ۱ قاشق سوپ‌خوری
- طرز تهیه: تخم‌مرغ‌ها را همراه شکر خوب هم زده تا کاملاً سفید و سفت شود کره و شیر را به آن اضافه کنید تا خوب مخلوط شود. ظرف مایکروفر (بشر) را تا نیمه آب کرده و آن را به مدت ۳-۴ دقیقه با قدرت ۱۰۰٪ داخل مایکروفر قرار دهید. آرد، بکینگ پودر و پودر کاکائو را خوب مخلوط کرده و آن را به مایه کیک اضافه کرده و در این مرحله تنها با یک چنگال و به مقدار کم هم بزنید که مخلوط شود. یک ظرف گود مناسب را انتخاب کرده مقداری روغن مایع در آن ریخته و تمامی دیواره ظرف را روغن اندود نمایید. سپس مایه کیک را داخل آن ریخته و ظرف آب که تا این مرحله کاملاً جوش آمده و باعث شده فضای داخل مایکروفر داغ شود، بیرون آورده و ظرف کیک را داخل مایکروفر قرار دهید و سریع در مایکروفر را ببندید و آن را به مدت ۱۰ دقیقه با قدرت ۷۰٪ داخل مایکروفر قرار دهید.
- توجه: بهتر است پس از اتمام این زمان تا ۵ دقیقه بعد از آن درب مایکروفر باز نشود.

منبع : سایت سیمرغ

<http://vista.ir/?view=article&id=92264>

 **vista.ir**
Online Classified Service

کیک شکلاتی ترد



• مواد لازم:

- ماست= ۱ لیوان
- روغن= ۱ لیوان
- شکر= ۱ لیوان
- آرد= ۲ لیوان
- تخم مرغ= ۶ عدد
- نسکافه= ۳ قاشق غذاخوری
- پودر کاکائو= ۴ قاشق غذاخوری
- بیکینگ پودر= ۱ قاشق غذاخوری

• طرز تهیه:

۱) تخم مرغ ها را با همزن برقی خوب هم می زنیم، سپس ماست، روغن، شکر، نسکافه، پودر کاکائو را به آن اضافه کرده و خوب هم می زنیم.

۲) آرد را با بیکینگ پودر الک کرده و کم کم به مواد اضافه می کنیم و هم می زنیم. پس از اضافه کردن آرد، مواد کیک نباید زیاد هم زده شود.

۳) ظرف مخصوص کیک را چرب کرده آرد می پاشیم. مایع کیک را در ظرف ریخته و آن در فر که از قبل گرم کرده ایم به مدت ۴۰ دقیقه با حرارت ۱۷۰ درجه سانتیگراد می پزیم. برای اینکه کیک شما پف کند ابتدا با حرارت پائین و سپس با حرارت بالا کیک را بپزید و در حین پخت به هیچ وجه در فر را باز نکنید.

منبع : آشپزآنلاین

<http://vista.ir/?view=article&id=81729>

 **vista.ir**
Online Classified Service

کیک شوکو هالیک



• مواد لازم :

- ۱ بسته پودر شکلات ۱
- بسته پودر پودینگ شکلاتی
- شیر ۱ پیمانه
- کرم ۲/۱ پیمانه
- تخم مرغ ۴ عدد
- شکلات تخته ای ۱
- پاکت گردوی خرد شده ۱ پیمانه
- طرز تهیه:

فر را تا ۳۵۰ درجه فارنهایت گرم می کنیم . قالب را چرب می کنیم . پودر پودینگ و پودر کیک شکلاتی و شیر و کرم و تخم مرغها را در ظرف بزرگی خوب مخلوط می کنیم و در روی حرارت ملا یم قرار می دهیم تا خوب با هم ترکیب شوند و سپس در روی حرارت بالا برای ۲ دقیقه قرار می دهیم . گردو و شکلات را هم به مایه اضافه می کنیم و قاطی می کنیم . مایه آماده شده را در قالب میریزیم و می گذاریم برای ۵۵ تا ۲۵ دقیقه در فر بماند . سپس کیک را از فر بیرون آورده و میگذاریم برای ۲۰ دقیقه بماند تا سرد شود . میتوانیم روی آنرا با شکر و توت فرنگی تزیین کنیم .

منبع : آشپزباشی

<http://vista.ir/?view=article&id=77881>

 **vista.ir**
Online Classified Service

کیک شیفون



- مواد خمیر کیک:
- کرم تارتار ۲/۱ قاشق چایخوری،
- سفیده تخم مرغ ۸ عدد،
- آب ۳ / ۴ پیمانه،
- زرده تخم مرغ ۵ عدد،
- روغن مایع ۱ / ۲ پیمانه،
- وانیل شکری ۱ / ۴ قاشق چایخوری،
- رنده پوست پرتقال یا لیمو ۲ قاشق سوپخوری،
- بیکینگ پودر ۳ قاشق چایخوری،
- آرد الک شده ۲ و ۱ / ۴ پیمانه
- شکر ۱ و ۱ / ۳ پیمانه.
- طرز تهیه:

فر را روی حرارت ۲۵۰ درجه فارنهایت روشن نموده، آرد را الک نموده به همراه شکر، بیکینگ پودر و رنده پوست پرتقال و وانیل شکری در یک ظرف بزرگ ریخته، وسط آن را گود کرده، روغن مایع و زرده تخم مرغ و آب را در وسط ظرف ریخته و کاملاً مواد را مخلوط کنید. سفیده های تخم مرغ را با کرم تار تار با همزن برقی زده تا زمانیکه جای پره های همزن روی آن محو نشود و هنگامیکه ظرف را برمی گردانید نریزد، سپس سفیده را داخل مایه اصلی کرده و با قاشق چوبی یا لیسک با حرکت دورانی آن را زیر و رو کنید و مخلوط نمایید تا یک دست شود. ته قالب پنج پر یا گرد به قطر ۲۵ سانتی متر را کاغذ روغنی انداخته و روی کاغذ را چرب کنید و مایه کیک را در قالب ریخته در پنجره وسط فر قرار دهید و بگذارید به مدت یک ساعت و ده دقیقه بماند. سپس کیک را از فر بیرون آورده و بعد از سرد شدن آن را تزیین کنید.

منبع : روزنامه تهران امروز

<http://vista.ir/?view=article&id=91917>

کیک عصرانه

• مواد لازم :

- آرد ۲ پیمانه
- تخم مرغ ۲ عدد
- شکر ۱ پیمانه
- شیر (آب) نصف پیمانه
- روغن مایع نصف پیمانه
- بکینگ پودر ۲ قاشق چایخوری
- وانیل ۱/۴ قاشق چایخوری

• طرز تهیه :



روغن ، شکر و وانیل را مخلوط کرده سپس شیر را اضافه میکنیم و هم میزنیم . تخم مرغها را یکی یکی اضافه کرده و مدتی هم میزنیم .در پایان آرد و بکینگ پودر را در مایع الک میکنیم و هم میزنیم تا مایع صاف شود.مایع را درون قالبی چرب شده میریزیم و در فر گرم شده از قبل با حرارت ۳۵۰۴ به مدت ۳۰ دقیقه قرار میدهیم .
(فر را همیشه قبل از شروع کار روشن کنید تا گرم شود.در طول زمان پخت در فر را باز نکنید.)

<http://vista.ir/?view=article&id=88550>

 **vista.ir**
Online Classified Service

کیک فنجانی

- مواد لازم
- نصف فنجان کره
- سه چهارم فنجان شکر
- دو عدد تخم مرغ
- نصف فنجان شیر
- یک ونیم قاشق مرباخوری پودر بادام
- یک و نیم فنجان آرد
- یک قاشق مرباخوری بیکینگ پودر
- یک چهارم قاشق مرباخوری نمک



▪ دو فنجان توت فرنگی خرد شده

▪ سه چهارم فنجان خلال بادام

• طرز تهیه

درون ۱۲ فنجان کاغذ مخصوص پخت شیرینی قرار دهید.

فر را روی ۳۷۵ درجه روشن کنید. سپس در یک ظرف کره را با شکر مخلوط کرده و تخم مرغ را اضافه کنید.

آن را درون مخلوط کن کاملاً مخلوط کرده و آرد، بادام و شیر را اضافه کنید. سپس نمک و بیکینگ پودر را بیفزایید.

توت فرنگی و خلال بادام را اضافه کرده با چنگال هم بزنید.

مخلوط را درون فنجان ها ریخته و برای ۳۰ دقیقه درون فر قرار دهید.

مریم سعادت

منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=113310>

کیک فندقی

- مواد لازم:
- کره نرم شده ۲۵۰ گرم
- شکر ۲۰۰ گرم
- تخم مرغ ۴ عدد
- فندق چرخ کرده ۲۵۰ گرم
- آرد ۲۵۰ گرم
- وانیل ۱ قاشق غذاخوری
- بکینگ پودر ۳ قاشق غذاخوری
- آب انگور ۲ قاشق غذاخوری
- پودر قند ۴ قاشق غذاخوری
- کره برای چرب کردن قالب

- طرز تهیه :

- (۱) اول قالب را چرب کنید.
- (۲) فر را تا ۱۷۵ درجه سانتی گراد گرم کنید.
- (۳) کره را با شکر و وانیل بزنید تا کف کند.



(۴) تخم مرغ ها را یکی یکی اضافه کنید. بعد از هر تخم مرغ، مواد را یک دقیقه با همزن برقی هم بزنید.

(۵) فندق را مخلوط کنید، آرد و بکینگ پودر را با هم الک کنید و به تدریج با مایه مخلوط کنید.

(۶) آب انگور را اضافه کنید.

(۷) خمیر را در قالب بریزید و به مدت یک ساعت و ۱۰ دقیقه در طبقه‌ی دوم فر از پایین قرار دهید.

(۸) وقتی کیک سرد شد، پودر قند را روی آن الک کنید.

(۹) کیک را در ظرف بگذارید و آن را برش بزنید.

منبع : سازمان تبلیغات اسلامی استان خوزستان

<http://vista.ir/?view=article&id=100535>

کیک قهوه

- مواد لازم:
 - آرد ۱ و ۱/۴ لیوان
 - کره ۱ لیوان
 - پودر شکر ۱ لیوان
 - تخم مرغ ۳ عدد
 - مایه خمیر ۱/۲ قاشق مرباخوری
 - زنجبیل نرم شده ۱/۴ قاشق مرباخوری
 - قهوه ۳ قاشق غذاخوری
- طرز تهیه:

تخم مرغ ها را به شکر اضافه می کنیم و خوب به هم می زنیم. کره آب کرده و قهوه و آرد و مایه خمیر و پودر زنجبیل را به آن اضافه می کنیم. مواد را به آرامی بهم می زنیم تا خمیر نرم و یکدست شود.

مخلوط را در قالب کیک که قبلا چرب کرده ایم و کمی آرد داخل آن پاشیده

ایم می ریزیم. ظرف کیک را در فر با درجه حرارت متوسط به مدت یک ساعت می گذاریم. بعد کیک را از فر خارج می کنیم و می گذاریم سرد شود. پس از سرد شدن آن را از طرف خارج می کنیم و روی آن را با پودر قند تزیین می کنیم.



منبع : ستاره زیبای من

<http://vista.ir/?view=article&id=87546>

کیک کاکائویی با میوه

- مواد لازم برای ۱۲ نفر
- ۲۲۶ گرم خامه ترش
- یک فنجان آب
- دو سوم فنجان روغن کانولا
- دو فنجان شکر
- دو عدد تخم مرغ
- یک قاشق چای خوری وانیل
- دو قاشق چای خوری بیکینگ پودر
- نصف قاشق چای خوری جوش شیرین
- نصف قاشق چای خوری نمک
- دو فنجان آرد



- سه چهارم فنجان پودر کاکائو تلخ
- سه چهارم قاشق چای خوری پودر فلفل سیاه
- دارچین، ادویه، جوز هندی از هر یک نصف قاشق چای خوری
- یک هشتم قاشق چای خوری پودر میخک
- ۲۲۶ گرم شکلات خرد شده
- یک فنجان خامه
- میوه و بستنی کارامل (برای تزئین)
- زمان تهیه: یک ساعت و ۲۰ دقیقه

• طرز تهیه

فر را از قبل با درجه حرارت ۱۷۵ سانتی گراد گرم کرده و قالب کیک را چرب کنید. در یک کاسه بزرگ، خامه ترش، آب، روغن، شکر، تخم مرغ، وانیل، بیکینگ پودر، جوش شیرین و نمک را با هم مخلوط کرده و سپس آرد، پودر کاکائو، فلفل و بقیه ادویه ها را به آن اضافه کنید. سپس خمیر حاصله را درون قالب ریخته و به مدت ۳۰ الی ۳۵ دقیقه درون فر قرار دهید. در کاسه دیگری خامه را به همراه شکلات آب کرده و پس از سرد شدن روی کیک بریزید. سپس میوه ها را روی آن چیده و در صورت تمایل با بستنی کارامل میل کنید.

فرشته علیزاده

منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=127939>



کیک کدو حلوایی

• مواد لازم

- کره ۱۲۵ گرم (۲/۱ پیمانه)
- ماست ۱۰۰ گرم (۳/۲ پیمانه)
- مغز تخمه کدو ۵۰ گرم
- دارچین ۱۰ گرم
- کدو حلوایی رنده شده (یا پوره کدو) ۱ پیمانه
- آرد ۱۷۵ گرم (۵/۱ پیمانه)
- تخم مرغ ۲ عدد
- شکر ۱۷۵ گرم (۴/۳ پیمانه)



- پیکینگ پودر ۱ قاشق چایخوری
- گردو خرد شده ۵۰ گرم



• چگونگی تهیه

کدو را یا رنده کرده بصورت خام استفاده می کنیم یا در فویل پیچیده بخارپز می کنیم . کره و شکر را خوب زده تا سفید شود بعد دانه دانه تخم مرغها را اضافه کرده سپس آرد و پیکینگ پودر با هم الک کرده و بعد به تخم مرغها اضافه کرده ماست را هم مخلوط می کنیم. مغز گردو و تخمه کدو را کمی تفت داده سپس با دارچین به کدو افزوده به مایع آماده اضافه کرده و آهسته بهم می زنیم داخل قالب را چرب کرده آرد می پاشیم سپس مایع را در آن ریخته در طبقه وسط فر بمدت ۳ ربع ساعت با حرارت ۳۲۵ درجه فارنهایت می پزیم روی کیک را میتوان با کرم کره یا شکلات سفید تزئین کرد.

منبع : شبکه جهانی جام جم

<http://vista.ir/?view=article&id=85080>



کیک کشمشی

شرح حال این غذا:

مواد لازم:

تخم مرغ ۱۰ عدد

آرد سفید ۱۲ قاشق سوپخوری

خاکه قند ۲۰۰ گرم

کره ۲۰۰ گرم

بیکینگ پاور دو قاشق چایخوری

گردوی خرد کرده ۲-۳ قاشق سوپخوری

کشمش ریز سیاه ۲-۳ قاشق سوپخوری

مربای خلال پرتقال دو قاشق سوپخوری

دستور تهیه: کره را کمی می‌زنیم تا نرم شود خاکه قند را کم کم داخل کره می‌ریزیم و خوب مخلوط می‌کنیم بعد زرده‌های تخم‌مرغ را دانه دانه در کره می‌ریزیم و مرتب بهم می‌زنیم و سفیده‌ها را جداگانه در ظرفی می‌ریزیم زرده‌ها که تمام بیکینگ پاور و ۱/۲ قاشق چایخوری وانیل و کشمش و گردو و مربا را داخل زرده می‌ریزیم و بعد سفیده را جداگانه آنقدر می‌زنیم تا کاملاً سفت شده به‌طوری که از تخم‌مرغ زنی نریزد و کمی از آنرا با زرده مخلوط می‌نمائیم و آرد را با سرعت داخل مایه ریخته به‌حدی که تمام مواد مخلوط شود بهم می‌زنیم و در آخر کار بقیه سفیده را داخل مایه می‌ریزیم و بهم می‌زنیم و مایه را در قالب چرب شده آماده آماده میریزیم و قالب را روی اولین پنجره فر بطرف پائین قرار می‌دهیم و حرارت را ۳۵۰ درجه می‌کنیم به‌مدت یک ساعت کیک باید در فر بماند تا کلاً پف کرده طلائی شود و بعد از شدن آنرا از قالب جدا می‌نمائیم بدیهی است این کیک نیز مثل تمام کیکها باید در فریکه یک ربع ساعت قبل گرم شده قرار بگیرد.

منبع : روجین سایت مازندران

<http://vista.ir/?view=article&id=8039>



کیک کشمشی نارنگیلی (نوعی کیک استرالیایی)

- مواد خمیر :
- کره ۱۲۵ گرم
- وانیل
- پودر قند ۵۵ گرم
- تخم مرغ یک عدد
- آرد ۲۲۰ گرم
- شیر ۶۰ میلی لیتر



- مارمالاد توت فرنگی ۱۲۵ میلی لیتر
- کشمش سیاه ۱۵ گرم
- بیکینگ پودر یک قاشق مربا خوری
- مواد رویه کیک:
- کره ۶۰ گرم



- پودر قند ۵۵ گرم
- تخم مرغ یک عدد
- آرد ۲ قاشق سرخالی
- پودر نارگیل ۱۲۵ گرم
- طرز تهیه مواد رویه کیک :

کره و پودر قند را با همزن برقی میزنیم و بعد تخم مرغ را اضافه و سپس آرد و پودر نارگیل را میریزیم.

- طرز تهیه:

کره و وانیل و پودر قند و تخم مرغ را با همزن برقی میزنیم تا نرم شود سپس آرد و شیر را اضافه میکنیم و در قالب از قبل چرب شده میریزیم. مارمالاد توت فرنگی را را روی خمیر میگذاریم و کشمش روی آن میپاشیم و مواد رویه را روی کشمش میگذاریم سپس در دمای ۲۰۰ درجه سانتیگراد به مدت ۱۰ دقیقه و آن گاه در درجه حرارت ۱۸۰ درجه سانتی گراد به مدت ۱۵ دقیقه دیگر میگذاریم تا روی آن روی آن قهوه ای شود.

<http://gourmand.blogfa.com/۸۶۰۹.aspx>

<http://vista.ir/?view=article&id=112605>

 **vista.ir**
Online Classified Service

کیک گردونی

شرح حال این غذا:

مواد لازم:

تخممرغ ۶ عدد

آرد سفید ۵ قاشق سوپخوری

گردوی چرخ کرده ۸ قاشق سوپخوری

کره ۱۵۰ گرم

بیکینگ پاور دو قاشق چایخوری

شکر یک پیمانه

وانیل یا رنده پوست لیمو ترش به مقدار کافی

دستور تهیه: طرز عمل مثل کیک کره‌ای است آرد و گردو را در آخر کار داخل مایه می‌نمائیم و مانند کیک کره‌ای در قالب می‌ریزیم و به مدت یک ساعت با حرارت ۳۵۰ درجه در فر طبخ می‌کنیم، بعد کیک را از فر بیرون می‌آوریم و بعد از سرد شدن از قالب خارج می‌سازیم و برای تزئین آن در تا سه عدد سفیده تخم‌مرغ را جداگانه خوب می‌زنیم به‌طوری که از تخم‌مرغ زنی نریزد، بعد یکی دو قاشق سوپخوری خاکه قند با سفیده مخلوط می‌کنیم و این مایه را روی سطح کیک می‌مالیم کمی هم خلال بادام روی آن می‌پاشیم و کیک را می‌گذاریم در فر روی پنجره آخر به‌طرف بالا با حرارت ۲۰۰ درجه بمدت ۲۰ دقیقه تا نیم ساعت بماند خلال بادام و سفیده تخم‌مرغ باید کمی برشته و طلائی شود.

منبع : روجین سایت مازندران

<http://vista.ir/?view=article&id=8034>

 **vista.ir**
Online Classified Service

کیک گل رز

- مواد لازم
- یک فنجان کره



- یک و دو سوم فنجان شکر
- پنج عدد تخم مرغ
- دو فنجان آرد
- نصف قاشق چای خوری نمک
- یک قاشق چای خوری عصاره بادام
- ۴۲/۵ گرم بادام خرد شده
- یک قاشق چای خوری گلاب
- دو قطره رنگ مجاز خوراکی قرمز
- طرز تهیه



فر را از قبل با حرارت ۳۵۰ درجه فارنهایت (۱۷۵ درجه سانتیگراد) روشن کرده و ظرف فر را چرب کنید، کره را کاملاً نرم کرده، در کاسه دیگری شکر را به همراه مرغ ها، هم بزنید تا حجم آن دو برابر شود. سپس آرد و نمک را آرام آرام به آنها بیفزایید. سپس کره را به خمیر افزوده و خوب مخلوط کنید. خمیر را به دو قسمت مساوی تقسیم کنید. پودر بادام و عصاره بادام را به یک بخش آن اضافه کرده و مخلوط کنید. به بخش دیگر نیز گلاب و رنگ قرمز را اضافه کنید. به تناوب این دو خمیر را در ظرف فر بریزید. سپس آن را در فر به مدت ۵۰ الی ۶۰ دقیقه بپزید. اجازه دهید کیک سرد شود و سپس آن را از ظرف خارج کنید. روی کیک را با پودر شکر یا پودر قند تزئین کنید.

فرشته علیزاده

منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=125622>

 **vista.ir**
Online Classified Service

کیک لیمو



- مواد لازم (برای ۱۶ تکه کیک)
 - کره نرم شده: ۴ قاشق غذا خوری
 - شکر: ۱۱۵ گرم
 - تخم مرغ: ۲ عدد (سفیده تخم مرغ از زرده آن جدا شود)
 - پوست چرخ شده لیمو ترش: ۲
 - آب لیمو ترش: ۱/۲ قاشق غذا خوری
 - بکینگ پودر: ۱ قاشق چایخوری
 - ۱ تکه چوب دارچین
- طرز تهیه

فر را روی حرارت ۳۷۵ درجه فار نهایت (۱۹۰C درجه سانتی گراد) گرم کرده و قالب مستطیل شکل کیک را چرپ می‌کنیم کره نرم شده را با شکر مخلوط کرده و در یک ظرف می‌ریزیم وزردهای تخم مرغ ماست سفت، پوست و آب‌لیمو را به آرامی به آن‌ها اضافه می‌کنیم، سپس سفیده تخم مرغ را به آن اضافه کرده مخلوط به‌دست آمده را در قالب کیک می‌ریزیم. این مواد به مدت ۲۵ دقیقه تا زمانی که طلایی مایل به قهوه‌ای شود باید در فر بماند. سپس آن را درون یک ظرف برگردانده و شربت تهیه شده و حرارت داده شده که رقیق است را در حالی که کمی حرارت دارد روی کیک می‌ریزیم با خلال لیمو تزئین کرده و پس از سرد شدن آن را به ۱۶ قطعه تقسیم کرد.

منبع : خانواده سبز

<http://vista.ir/?view=article&id=75770>

 **vista.ir**
Online Classified Service

کیک ماست

مواد لازم:

آرد ۲۰۰ گرم

تخم مرغ ۴ عدد

ماست يك فنجان

شكر يك فنجان

کره یا روغن ۵۰ گرم



بیکنگ پودر يك قاشق چایخوری

پوست رنده شده لیمو يك قاشق چایخوری

طرز تهیه:

کره و یا روغن را با شکر کمی نرم کنید. سپس زرده تخم مرغ ها را یکی یکی اضافه کنید و مرتب آن را به هم بزنید تا مایع نرم و لطیفی به دست آید. ماست و پوست لیموی رنده شده را نیز به آن اضافه کنید. کم کم آرد مخلوط شده با بیکنگ پودر را به وسیله الک به مایع اضافه کنید و آرام آن را مخلوط کنید. سفیده ها را هم آنقدر هم بزنید، تا کاملاً سفت شود. آن را هم به مایه کیک اضافه کرده و به حالت دورانی و آرام مخلوط کنید و آن را در قالب چرب و آردی بریزید و قالب را در وسط فر ۳۵۰ درجه فارنهایت حرارت قرار دهید تا به مدت يك ساعت پخته و طلایی شود. سپس کیک را از فر خارج کرده و آن را روی توری سیمی برگردانید تا خنک شود و بعد روی کیک را با پودر قند تزیین کنید.

منبع : سایت گل پسر

<http://vista.ir/?view=article&id=7150>

 **vista.ir**
Online Classified Service

کیک ماستی



- مواد لازم:
- تخم مرغ شش عدد
- شکر دولیوان
- روغن یک لیوان
- ماست یک لیوان
- آرد دو لیوان و نیم
- بیکینگ پودر دوقاشق چایخوری
- وانیل یک سوم قاشق چایخوری
- طرز تهیه:

روغن و شکر را با همزن هم می‌زنیم تا مایه کرم‌رنگ شود. تخم‌مرغها را در یک ظرف دیگر با همزن هم می‌زنیم تا زرده و سفیده خوب مخلوط شود. (به

مدت پنج دقیقه با دور تند همزن تخم‌مرغها را هم می‌زنیم . نیاز نیست زرده و سفیده را جدا کنیم).

سپس تخم‌مرغها را به مایه شکر و روغن اضافه کرده و هم می‌زنیم. بیکینگ پودر و وانیل و ماست را هم به مایه اضافه کرده و با همزن کمی می‌زنیم تا خوب مخلوط شود در انتها آرد را الک کرده و آرام آرام به مایه کیک اضافه می‌کنیم و به آرامی هم می‌زنیم تا مایه کیک یک‌دست شود. بعد مایه را داخل قالب کیک می‌ریزیم و در فر که از قبل روشن کرده و گرم شده است با درجه حرارت ۱۸۰ درجه به مدت یک‌ساعت می‌گذاریم بپزد. دما و زمان پخت بستگی به حرارت فر شما دارد ممکن است تنظیم بعضی از فرها طوری باشد که دمای ۱۸۰ درجه را نشان دهد ولی حرارت بالا یا پایین‌تر باشد باید زمان پخت را با دمای فر خودتان تنظیم کنید. البته نیم ساعت اول که کیک در حال شکل گرفتن و زمان پف کردن آن است به هیچ وجه نباید در فر باز شود.

این کیک را می‌توانید دورنگ با کاکائو هم درست کنید وقتی مایه کیک آماده شد سه قاشق غذاخوری از مایه را در ظرفی ریخته و با یک قاشق مرباخوری کاکائو مخلوط کنید و موقع ریختن مایه کیک داخل قالب، کمی از مایه کیک ریخته و کمی از مایه کاکائویی به همین ترتیب ادامه دهید تا تمام مایه کیک را داخل قالب بریزید.

این کیک ساده ولی بسیار خوشمزه است.

این کیک قدیمی‌ترین کیک و شیرینی است که در خانواده ما پخت آن به صورت سنتی رایج است . طرز تهیه آنرا هم مادرم از دوست و همسایه قدیمی‌شان که بهایی بودند و از مهاجران روس ، یاد گرفتند که آن زمان در فرهای چدنی که روی چراغ والور می‌گذاشتند می‌پختند. فر را هم همسایه مادرم از روسیه آورده بود .

این عکس تولد من که با همین کیک ماستی ساده جشن گرفته بودیم.

منبع : شیندخت

<http://vista.ir/?view=article&id=117630>

کیک موز

• مواد لازم:

تخم مرغ (دو عدد)، شکر (یک لیوان)، کره (یک چهارم لیوان)، لیموترش (یک عدد)، پوست لیمو رنده شده (یک قاشق)، آرد (دو لیوان)، بیکینگ پودر (یک قاشق مرباخوری)، نمک (مقدار کمی).

• مواد لازم برای داخل کیک:

موز (سه عدد)، خامه زده شده (دو و یک سوم لیوان)، وانیل (یک چهارم قاشق چای خوری).

• مواد لازم برای رویه کیک:

خامه زده شده (یک لیوان)، وانیل (یک چهارم قاشق چای خوری)، مغز پسته خرد شده (دو قاشق).



• طرز تهیه:

ابتدا فر را روی حرارت ۲۵۰ درجه فارنهایت روشن کنید. برای تهیه خمیر کیک، کره را حرارت دهید تا قدری آب شود، سپس کمی صبر کنید تا سرد گردد. آب لیمو را بگیرید، تخم مرغها را با شکر و نمک توسط همزن برقی بزنید تا به صورت کف در بیاید و حجمش دو برابر شود. پوست لیمو را رنده کنید و با آرد و بیکینگ پودر مخلوط نمایید. بعد بتدریج به تخم مرغها بیفزایید و به آرامی هم بزنید. اکنون کره ذوب شده را کم کم به مواد اضافه کنید و به آرامی زیر و رو کنید تا یک دست شود. در قالبی گرد به قطر ۲۵ سانتی متر که قبلاً کف آن را چرب کرده اید، مایه را بریزید و در طبقه وسط فر به مدت یک ساعت بپزید. سپس کیک را از

قالب خارج كنيد و روى پنجره فلزى بگذاريد تا خنك شود.

دو عدد از موزها را پوست گرفته، خرد كنيد و به مدت ۱۵ دقيقه درون آب ليمو قرار دهيد، بعد در آبكش بريزيد، ولى آب آن را دور نريزيد و کنار بگذاريد. خامه را با وانيل توسط همزن برقى بنزيد تا سفت شود. دو سوم ليوان خامه را با موزها مخلوط كنيد.

كيك را به دو لايه مساوى تقسيم كنيد. هر لايه را با آب ليموهايى كه کنار گذاشته ايد، آغشته كنيد (با برس مخصوص كيك يا قاشق چوبى براى روى سطح اوليه كيك از مخلوط خامه و موز استفاده كنيد و لايه دوم را روى آن قرار دهيد و روى اين لايه هم از بقيه مواد خامه و موز بريزيد. سپس كناره هاى كيك را هم خامه بنزيد. اکنون موز سوم را پوست گرفته، حلقه حلقه كنيد. يك ليوان خامه را با مقدارى وانيل توسط همزن برقى بنزيد تا سفت شود. بعد آن را در قيف مخصوص خامه بريزيد و روى كيك را با آن شكوفه بنزيد و روى هر كدام يك حلقه از موز بگذاريد وسط كيك را هم با مغز پسته خرد شده تزيين كنيد.

ايران ريحانى

منبع : روزنامه قدس

<http://vista.ir/?view=article&id=78103>

 **vista.ir**
Online Classified Service

كيك نارگيلى

زمانه تهيّه: ۴۵ دقيقه

زمان طبخ: ۴۰ الى ۵۰ دقيقه

مواد لازم:

۲ عدد تخم مرغ

حدود ۶ قاشق بزرگ شير

۱۰۰ گرم پودر قند



۱۷۵ گرم آرد سفید

۷۵ گرم پودر نارگیل

۲ قاشق چایخوری بیکینگ پودر

۱۰۰ گرم کره یا مارگارین

۲ قاشق بزرگ پودر نارگیل و یک قاشق شکر برای روی کیک

تخم مرغ ها را در ظرف مدرجی ریخته و به آرامی می زنیم. سپس آنقدر به آن شیر اضافه می کنیم که حجم آن به ۱۵۰ میلی لیتر برسد. نیمی از پودر قند و نارگیل را اضافه می کنیم و مواد را خوب مخلوط کرده، می گذاریم مایه به مدت ۳۰ دقیقه بماند. آرد و بیکینگ پودر را در ظرف گودی الک می کنیم و باقیمانده پودر قند را با آن مخلوط می کنیم. کره را اضافه کرده، با دست مخلوط می کنیم تا به صورت گلوله های نرم و ریزی درآید. سپس مخلوط شیر و تخم مرغ و نارگیل را به آن می افزاییم و به آرامی هم می زنیم تا مواد کاملاً مخلوط شوند. این مایه را در قالب مستطیل شکل (۴۵۰ گرمی) که قبلاً آن را چرب کرده و کمی آرد در آن پاشیده ایم، می ریزیم. پودر نارگیل و شکر را مخلوط می کنیم و روی سطح کیک می پاشیم. آن را به مدت ۴۵ الی ۵۰ دقیقه در فر که از قبل گرم کرده ایم با حرارت ۱۹۰ درجه سانتی گراد یا ۳۷۵ درجه فارنهایت می پزیم. سپس از فر خارج کرده، بر روی یک شبکه سیمی برمی گردانیم تا سرد شود.

منبع : روزنامه شرق

<http://vista.ir/?view=article&id=3770>

 **vista.ir**
Online Classified Service

کیک هلو

- مواد لازم برای ۱۲ نفر:
- کره؛ ۲۰۰ گرم برای داخل مواد
- تخم مرغ؛ ۳ عدد
- وانیل؛ یک قاشق چایخوری





- شکر؛ ۱۰۰ گرم
- آرد سفید؛ ۲۰۰ گرم
- نمک؛ نوک قاشق چای‌خوری
- بیکینگ پودر؛ یک قاشق چای‌خوری
- کره؛ مقداری برای چرب کردن قالب
- هلو؛ یک کیلوگرم
- عسل؛ ۵۰ گرم

- شکر قهوه‌ای؛ ۳۰ گرم

- مغز بادام بدون پوست؛ ۳۰ گرم

• نکته: شکر قهوه‌ای را می‌توانید از قنادی‌ها و شیرینی‌پزی‌ها بخرید.

• روش پخت:

۱) کره را آنقدر بزنید تا حالت سبک و پف کرده پیدا کند. سپس سفیده و زرده تخم‌مرغ‌ها را جدا کرده ، در ظرف‌های مجزا بریزید. حالا زرده یکی از تخم‌مرغ‌ها را به کره اضافه کنید و هم بزنید. پس از آن، وانیل و شکر معمولی را بیفزایید. در این هنگام، فر اجاق‌گاز را روی ۲۰۰ درجه سانتی‌گراد، ۲۹۰ درجه فارنهایت یا شماره ۶ گرم کنید.

۲) آرد و سپس بیکینگ پودر و نمک را به مخلوط اضافه کرده، هم بزنید تا خمیری نرم حاصل شود.

نکته: اگر خمیر حاصله خیلی سفت شد، ۲ تا ۳ قاشق سوپ‌خوری شیر به آن اضافه کنید و در حالت عکس- یعنی شل بودن- کمی آرد روی آن بپاشید.

۳) سفیده‌های تخم‌مرغ را به صورت جداگانه با همزن آنقدر بزنید تا حالت پف‌کرده پیداکنند و سپس محلول را به آرامی به خمیر اضافه کنید. حالا قالبی گرد به قطر ۲۶ سانتی‌متر آماده‌کرده ، داخل آن را با کره آب شده، چرب کنید؛ سپس خمیر را در قالب بریزید و در طبقه وسط فر به مدت حداکثر ۲۵ دقیقه حرارت دهید.

۴) در این فاصله، هلوها را بشویید و با چاقو روی پوست هر کدام از آنها برشی ضربدری ایجادکنید؛ سپس آنها را داخل تابه‌ای بریزید و روی شعله کم اجاق‌گاز یکی دو دقیقه حرارت دهید.

حالا پوست آنها را به‌راحتی بکنید و پس از نصف کردن، هسته‌ها را جدا کنید. در پایان برش‌هایی به صورت عمودی ایجاد کنید.

۵) عسل، شکر قهوه‌ای و مغز بادام را با هم مخلوط کنید و روی برش‌های هلو بریزید. پس از اینکه زمان ۳۵ دقیقه‌ای پخت کیک به پایان رسید، قالب را بیرون آورید و مخلوط را روی کیک بریزید و دوباره ۱۵ دقیقه دیگر حرارت دهید.

منبع : همشهری آنلاین

<http://vista.ir/?view=article&id=109463>

کیک هویج

تا به حال کیک هویج خورده اید؟! این نوع کیک را در هیچ شیرینی فروشی پیدا نمی کنید. دستور پخت کیک هویج را از يك آشپز قابل ایرانی برایتان نوشته ایم.

• مواد لازم برای سه نفر:

• آرد: ۲۰۰ گرم،

• شکر: ۲۵۰ گرم،

• تخم مرغ: ۴ عدد، گردو: ۱۰۰ گرم،

• روغن مایع: يك لیوان،



• دارچین: يك قاشق چایخوری،

• جوز هندی: نصف قاشق چایخوری،

• میخک: نصف قاشق چایخوری،

• هویج رنده شده: يك لیوان،

• شیر: ۳ قاشق سوپ خوری

• بکینگ پودر: ۲ قاشق چایخوری.

• شیوه پخت:

تخم مرغها را با شکر، روغن و نمک مخلوط کرده و با سرعت زیاد خوب به هم می زنیم، شیر را در این مخلوط ریخته به هم می زنیم، آرد و بکینگ پودر و جوز هندی و میخک و دارچین را کم کم در مایع کیک ریخته مخلوط می کنیم و در آخر کار هویج و گردو را اضافه می کنیم (این مایع را می توانیم يك جا در قالب بزرگ یا در دو قالب بریزیم) ته قالب مورد نظر را چرب کرده و کمی آرد می پاشیم.

سپس مایع کیک را در قالب ریخته و در حرارت ۳۵۰ درجه فارنهایت (۱۷۵ درجه سانتی گراد) ۳۵ الی ۴۵ دقیقه در قسمت پایین فر قرار می دهیم تا

کیک بپزد. بعد از پختن، کیک را از فر خارج کرده و پس از سرد شدن از قالب بیرون می آوریم. روی کیک را می توان با کرم، خامه و یا گردو تزیین کرد.

- نکات تغذیه ای کیک هویج:

کیکی که از مواد یاد شده تهیه شود، دارای ۴۱۳۰ کالری انرژی است پس اگر فردی با شرایط معمولی باشید می توانید یک برش کوچک از آن را میل کنید.

این کیک یک عصرانه خوش مزه و بسیار مفید با طعم شیرینی طبیعی برای کودکان، خصوصا کودکان کم اشتها است.

منبع : روزنامه جوان

<http://vista.ir/?view=article&id=75766>

 **vista.ir**
Online Classified Service

کیک هویج با میوه

- زمان تهیه: یک ساعت و ۴۵ دقیقه
- مواد لازم برای هشت نفر
- یک فنجان آرد
- یک قاشق چای خوری بیکینگ پودر
- یک قاشق چایخوری ادویه
- یک چهارم قاشق چایخوری جوش شیرین
- یک چهارم قاشق چای خوری نمک
- سه چهارم فنجان شکر
- سه چهارم فنجان پوره کدوخلوایی یا پوره سیب زمینی
- دو عدد تخم مرغ
- یک چهارم فنجان روغن



- نصف فنجان هویج رنده شده
- یک سوم فنجان شیر
- سه چهارم فنجان گردو بوداده و خرد شده
- خامه و میوه (برای تزئین)
- طرز تهیه

فر را از قبل با درجه حرارت ۱۷۵ درجه سانتیگراد گرم کرده و قالب کیک را چرب کنید. در یک کاسه متوسط آرد، بیکینگ پودر، ادویه، جوش شیرین و نمک را مخلوط کنید. در کاسه بزرگ دیگری شکر، پوره، تخم مرغ و روغن را مخلوط کنید. سپس هویج و شیر را به آن بیفزایید. به تدریج مخلوط آرد را به آن افزوده و هم بزنید. گردو را اضافه کرده و خمیر را درون قالب بریزید. قالب را برای مدت ۳۰ الی ۳۵ دقیقه درون فر قرار دهید. پس از خنک شدن روی آن را با خامه و میوه تزئین کنید. توجه داشته باشید که خامه را باید با کره، یک فنجان شکر، دو قاشق چای خوری شیر و وانیل مخلوط کرده و سپس روی کیک اضافه کنید.

شیوا بهادری

منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=130789>

 **vista.ir**
Online Classified Service

کیک یزدی

- مواد لازم:
- آرد سفید ۲۲۵ گرم (۲ پیمانه)
- شکر ۲۰۰ گرم (۱ پیمانه)
- روغن ۱۵۰ گرم (۱ پیمانه سرخالی)





- تخم مرغ ۴ عدد
- جوش شیرین ۱ قاشق چایخوری
- پکینگ پادر یک قاشق مرباخوری
- وانیل ۲/۱ قاشق چایخوری
- شیر یا ماست یک پیمانه سرخالی
- طرز تهیه:

تخم مرغ و شکر را مخلوط می کنیم کمی بهم می زنیم بعد ظرف را در ظرف آب گرمی قرار می دهیم و مرتب بهم می زنیم تا شکر حل شده مایه کمی گرم شود و بعد مایه را از آب خارج می کنیم و باز هم آنرا خوب بهم می زنیم تا مایه سرد شود و بعد آرد را می ریزیم و مخلوط می کنیم و جوش شیرین و پکینگ پادر و وانیل را در شیر یا ماست حل می کنیم و آنرا داخل مایه آرد و تخم مرغ می ریزیم و در آخر کار کره را کمی می زنیم تا نرم و لطیف شود و آنرا به مایه اضافه می نماییم و مایه را در قالبهای کوچکی که قبلا چرب کرده ایم می ریزیم و قالبها را در سینی فر می چینیم و در فر با حرارت ۳۵۰ درجه به مدت ۳ ربع ساعت قرار می دهیم. نانها باید پف کرده و طلایی شوند و بعد از سرد شدن از قالبها خارج می کنیم. ممکن است از قالبهای کوچک کاغذی که در شیرینی فروشیها موجود است استفاده کرد.

منبع : زنده رود

<http://vista.ir/?view=article&id=101142>

 **vista.ir**
Online Classified Service

کیکهای خانگی

- کیک پنیر با طعم توت فرنگی
- مواد لازم برای نان کیک:
- یک بسته بیسکویت گندم



کامل، ۱۰۰ گرم کره
 ۸۰ گرم شکر، کمی نمک، يك
 سوم قاشق چای خوری
 دارچین.
 مخلوط پنیر: ۲۵۰ گرم پنیر
 خامه‌ای فیلادلفیا ۲۵۰ گرم
 خامه زده شده ۵۰ میلی لیتر
 شیر ۱۰۰ گرم پودر شکر یا پودر
 قند ۳، ورقه ژلاتین ۱۰۰ گرم



توت فرنگی، چند برگ نعنا برای تزئین.

بیسکویت‌ها را در يك کیسه فریزر بریزید و با ضربات پشت قاشق یا وردنه آنها را خرد کنید. کره را از قبل در دمای معمولی اتاق قرار دهید تا کاملاً نرم شود. خرده بیسکویت‌ها را با کره، شکر، نمک و دارچین مخلوط کنید و سپس این مخلوط را در يك قالب گرد بریزید. با پشت قاشق مخلوط را به ته قالب بفشارید و آن را با ضخامت یکنواخت در قالب پخش کنید. قالب را در یخچال بگذارید تا مخلوط بیسکویت و کره کاملاً سفت شود. خامه را خوب بزنید و سپس پودر شکر یا قند را به آن بیفزایید و به هم زدن ادامه دهید تا در خامه حل شود. شیر را در ظرف مناسبی ریخته روی حرارت اجاق گاز قرار دهید تا به جوش آید. آن را از روی حرارت بردارید و ژلاتین را خرد کرده در آن بریزید. مخلوط شیر و ژلاتین را هم بزنید تا ژلاتین کاملاً حل شود. آن را با پنیر خامه‌ای مخلوط کنید و در آخر خامه را افزوده، هم بزنید و سپس در قالب روی لایه بیسکویت بریزید. قالب را در یخچال قرار دهید و بگذارید حدود يك ساعت بماند. پس از بسته شدن مخلوط پنیر كيك پنیر را از قالب خارج کنید و روی كيك را با لایه نازکی از مربا یا مارمالاد توت فرنگی بپوشانید. سپس كيك را بریده و هر قطعه را با يك گل خامه، يك عدد توت فرنگی درسته و چند برگ نعنا بپارایید و سرو نمایید.

• پودینگ شکلات

مواد لازم: ۱۵۰ گرم شکلات تلخ، ۱۵۰ گرم کره، يك دوم قاشق چای خوری وانیل ۱۵۰، میلی لیتر آب گرم ۱۱۰، گرم پودر قند ۴، عدد تخم مرغ ۲۵، گرم آرد برنج، يك قاشق چای خوری بیکینگ پودر.

فر را روشن کرده و با حرارت ۲۰۰ درجه سانتی گراد تنظیم نمایید تا گرم شود. شکلات را به قطعات كوچك خرد کنید و با کره در ظرف نسوزی قرار داده آن را در ظرف بزرگتری حاوی آب جوش بگذارید تا ذوب شوند. به محض اینکه شکلات کاملاً ذوب شد، آن را از روی حرارت بردارید و وانیل را اضافه کنید. سپس آب گرم و پودر قند را افزوده و خوب هم بزنید تا کاملاً یکنواخت شوند. زرده و سفیده تخم مرغها را به دقت از هم جدا کنید. زرده‌ها را با قاشق کمی هم بزنید و سپس آن را به مخلوط شکلات اضافه کنید و مجدداً خوب هم بزنید تا مخلوط یکنواخت شود. آرد برنج و بیکینگ پودر را در مخلوط الك کنید و هم بزنید. سفیده تخم مرغها را جداگانه با همزن برقی بزنید تا کاملاً سفید و سفت شوند که اگر ظرف را برگردانید از آن بیرون نریزند. سفیده را به آرامی هم زده و در حال هم زدن مخلوط شکلات به آن اضافه کنید. حالا مایه پودینگ را در يك ظرف یا قالب مخصوص پای

و پودینگ که از قبل داخل آن را کمی چرب کرده اید، بریزید و آن را در سینی فر قرار دهید. سینی فر را تا ارتفاع مناسب از لبه قالب با آب جوش پر کنید و بگذارید پودینگ ۱۰ دقیقه با دمای ۲۰۰ درجه سانتی‌گراد بپزد. سپس حرارت را به ۱۶۰ درجه سانتی‌گراد کاهش داده و آن را حدود ۲۰ تا ۳۰ دقیقه دیگر با این دما طبخ نمایید. سطح پودینگ پس از آماده شدن باید سفت شده باشد. در حالی که وسط آن هنوز کاملاً بسته نشده است. روی پودینگ کمی پودر قند بپاشید و آن را با چند گل خامه از خامه زده شده، توت فرنگی، تمشک یا برشی از میوه‌های در دسترس مانند کیوی یا پرتقال بیارایید. پودینگ شکلات را می‌توانید داغ، گرم و یا سرد سرو نمایید.

منبع : روزنامه شرق

<http://vista.ir/?view=article&id=9178>

 **vista.ir**
Online Classified Service

کیک‌های خوشمزه

کیک‌های خوشمزه برای آنها که رژیم کم چربی دارند اگر سعی دارید چربی را از رژیم غذایی روزانه خود حذف کنید هنوز هم ممکن است بتوانید کیک‌ها و شیرینی‌های خوشمزه را در این رژیم بگنجانید. در اینجا روش تهیه یک نوع رولت و یک کیک شکلاتی که بدون استفاده از چربی تهیه شده اند را ملاحظه می‌کنید.

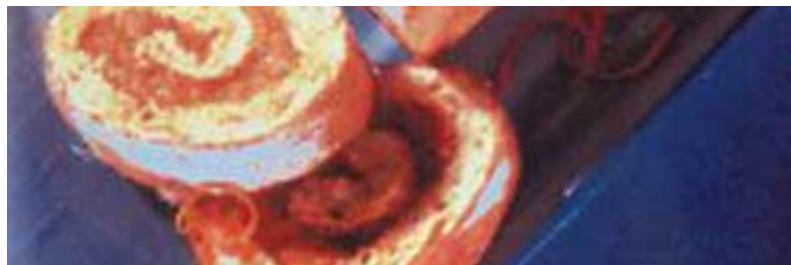
• رولت پرتقال و زردآلو

۴ عدد سفیده تخم مرغ

۱۱۵ گرم یا نصف پیمانه پودر قند

۵۰ گرم آرد سفید





رنده پوست يك عدد پرتقال (ریز رنده شده)

۳ قاشق سوپخوری آب پرتقال

برای داخل رولت

۱۱۵ گرم برگه زردآلو

۱۵۰ میلی لیتر آب پرتقال

کمی پودر قند و رنده پوست پرتقال برای تزئین فر را از

قبل با حرارت ۲۰۰ درجه سانتیگراد روشن کنید. يك قالب رولت به ابعاد ۳۳ * ۳۳ سانتی متر را به يك قطعه کاغذ روغنی بپوشانید و آن را کمی چرب کنید.

سفیده تخم مرغ ها را در ظرف گودی ریخته با هم زن برقی آنقدر بزنید تا کاملاً سفت و سفید شوند. به تدریج پودر قند را به آن اضافه کنید و به هم زدن با هم زن ادامه دهید. سپس آرد، رنده پوست و آب پرتقال را بیفزایید و آرام هم بزنید تا مخلوط شوند. مایه رولت را در قالب بریزید و سطح روی آن را با پشت قاشق صاف کرده و در فر قرار دهید. رولت را حدود ۱۵ تا ۱۸ دقیقه بپزید تا سطح روی آن طلایی شود. آن را از فر خارج کنید. رولت را روی يك قطعه کاغذ روغنی برگردانید و کاغذ پشت آن را جدا کنید. همین طور که رولت داغ است آن را با کاغذ روغنی لوله کنید و کنار بگذارید تا سرد شود.

برگه زردآلو را خرد کنید و با آب پرتقال در ظرفی ریخته روی حرارت اجاق گاز قرار دهید. در ظرف را ببندید و آهسته این مخلوط را بجوشانید تا قسمت اعظم مایع آن تبخیر شود. آن را در مخلوط کن بریزید و چند دقیقه دستگاه را روشن کنید. پوره حاصل را پس از باز کردن رولت روی سطح داخلی آن ریخته و با يك كاردك بر روی کل سطح رولت بمالید. سپس رولت را دوباره لوله کنید. کمی پودر قند و خلال پوست پرتقال روی رولت بپاشید و آن را سرد کنید.

• كيك شکلاتی با خرما و گردو

يك قاشق سوپخوری گردوی خرد شده

دو قاشق سوپخوری خرماي پوست و هسته گرفته و خرد شده

يك عدد تخم مرغ به علاوه يك عدد سفیده اضافه

يك دوم قاشق چایخوری وانیل

دو قاشق سوپخوری پودر قند

سه قاشق سوپخوری آرد گندم سبوس دار

يك قاشق سوپخوری پودر كاكاو

دو قاشق سوپخوری شیر کم چربی

فر را با حرارت ۱۸۰ درجه سانتیگراد روشن کنید. كف يك قالب پودینگ ۲/۱ لیتری را با يك قطعه کاغذ روغنی بپوشانید و آن را کمی چرب کنید، خرما

و گردو را مخلوط کرده و در ته قالب بریزید.

زرده و سفیده تخم مرغ را جدا کنید، زرده را با پودر قند و وانیل در ظرفی ریخته و با هم زن برقی خوب بزنید تا به صورت کرم روشن و غلیظی درآید. آرد و پودر کاکائو را در این مخلوط الک کنید و با یک قاشق فلزی مخلوط نمایید. شیر را اضافه کنید و هم بزنید. سفیده تخم مرغ را با سفیده اضافی در ظرف گودی ریخته با هم زن برقی بزنید تا کاملاً سفت و سفید شود. سفیده را به مخلوط بالا اضافه کنید و آهسته هم بزنید تا مخلوط شود. مایه کیک را در قالب بریزید و بگذارید حدود ۴۰ تا ۴۵ دقیقه بپزد. آن را از فر خارج کرده اطراف کیک را با یک کارد از قالب جدا کنید و آن را برگردانید. کیک آماده سرو است.

سپیده سلیمی

منبع : روزنامه شرق

<http://vista.ir/?view=article&id=11856>

 **vista.ir**
Online Classified Service

گاتا با گیلان و شکلات

۳ عدد تخم مرغ ۱۰۰ گرم پودر قند ۷۵ گرم آرد سفید ۱۵ گرم پودر کاکائو ۳۰۰ میلی لیتر خامه زده شده ۳۵۰ گرم گیلان تازه هسته گرفته یا کمپوت گیلان، مقداری کاکائوی رنده شده برای روی کیک. تخم مرغ ها را با پودر قند مخلوط کنید و ظرف محتوی این مخلوط را بر روی ظرف دیگری که آب جوش در آن قرار دارد بگذارید و هم بزنید یا غلیظ شود. آرد و پودر کاکائو را در آن الک و مخلوط کنید. مایه کیک را در قالب



گردی به قطر ۲۰ سانتی متر که قبلاً چرب کرده اید
بریزید و به مدت حدود ۳۵ تا ۴۰ دقیقه در فر بپزید.
سپس از فر بیرون آورده و از قالب خارج کنید و روی
شبکه سیمی سرد کنید.

روی کیک را با خامه زده شده بپوشانید و روی دیواره
های آن شکلات رنده شده بپاشید به طوری که لایه
ای از رنده شکلات، دیواره کیک را بپوشاند. گیلان ها

را روی کیک بچینید و دور آنها را با گل خامه که به وسیله قیف خامه درست می کنید تزئین کنید. کمی رنده شکلات روی گل خامه ها بپاشید و کیک
را سرو کنید.



منبع : روزنامه شرق

<http://vista.ir/?view=article&id=14290>

 **vista.ir**
Online Classified Service

گاتا با گیلان و شکلات

- مواد لازم
- تخم مرغ ۳ عدد
- گرم پودر قند ۱۰۰
- گرم آرد سفید ۷۵
- گرم پودر کاکائو ۱۵
- میلی لیتر خامه زده شده ۲۰۰

▪ گیلان تازه هسته گرفته یا کمپوت گیلان ۲۵۰ گرم



▪ مقداری کاکائوی رنده شده برای روی کیک.

• طرز تهیه:

تخم مرغ ها را با پودر قند مخلوط کنید و ظرف محتوی این مخلوط را بر روی ظرف دیگری که آب جوش در آن قرار دارد بگذارید و هم بزنید یا غلیظ شود. آرد و پودر کاکائو را در آن الک و مخلوط کنید. مایه کیک را در قالب گردی به قطر ۲۰ سانتی متر که قبلاً چرب کرده اید بریزید و به مدت حدود ۲۵ تا ۴۰ دقیقه در فر بپزید. سپس از فر بیرون آورده و از قالب خارج کنید و روی شبکه سیمی سرد کنید. روی کیک را با خامه زده شده بپوشانید و روی دیواره های آن شکلات رنده شده بپاشید به طوری که لایه ای از رنده شکلات، دیواره کیک را بپوشاند. گیلان ها را روی کیک بچینید و دور آنها را با گل خامه که به وسیله قیف خامه درست می کنید تزئین کنید. کمی رنده شکلات روی گل خامه ها بپاشید و کیک را سرو کنید.

سید میثم آرامن

<http://vista.ir/?view=article&id=86690>

 **vista.ir**
Online Classified Service

گل های خوشمزه

گل ها همچنان که زیبا هستند قابل خوردن نیز می باشند در این بخش ما طرز تهیه مواد خوراکی با گل و یا به شکل گل را برای علاقمندان توضیح می دهیم.

• مربای گل سرخ

▪ مواد لازم:





- گل سرخ نیم کیلو
- گلاب یک استکان
- شکر یک کیلو
- طرز تهیه: ابتدا گل‌ها را به مدت ۲۴ ساعت در آب قرار داده و ۷ مرتبه آب آن را عوض نمایید سپس گل‌ها را در داخل آب ریخته به مدت ۳ تا ۴ دقیقه بجوشانید. در این مرحله شکر را به آن افزوده و بگذارید قوام بیابد. در انتها گلاب را نیز اضافه کرده و از روی اجاق بردارید.
- مربای بهار نارنج
- مواد لازم:
- شکوفه نارنج دو کیلو
- وانیل یا هل کوبیده نصف قاشق چایخوری
- شکر دو کیلو
- آب یک لیتر
- طرز تهیه: ابتدا بهار نارنج را با آب مخلوط کرده کمی روی حرارت جوشانده، آبکش کنید سپس آنها را ۲۴ ساعت در آب خوابانیده و آب آن را چند بار

عوض کنید تا تلخی آن از بین برود.

سپس شکر را نیز در ظرفی جداگانه با آب مخلوط کرده و شربت غلیظی تهیه نموده و آن را از صافی رد کنید. در مرحله بعد شربت را روی اجاق گذاشته و بهار نارنج‌ها را داخل آن بریزید پس از جوشیدن وانیل یا هل کوبیده را به آن اضافه کرده و پس از مدت کوتاهی از روی اجاق بردارید.

منبع : فصلنامه جهان گل

<http://vista.ir/?view=article&id=99130>

گوش فیل

زرده تخم مرغ : ۲ عدد

شیر هموژنیزه : ۱ فنجان

روغن : ۳ قاشق سوپخوری

آرد سفید : ۱۷۵ گرم

بکین پودر : ۰,۵ قاشق مربا خوری

آب : ۱,۵ فنجان

شکر : ۵۰۰ گرم

گلاب : ۰,۵ فنجان

• خمیر لواش گوش فیل را بطریق ذیل آماده می‌کنیم:

شیر، بکینگ پودر و روغن و زرده تخم مرغ را مخلوط می‌کنیم و کم کم آرد می‌ریزیم و مرتب به هم می‌زنیم تا مایه خمیر شده به دست نجسید و زیاد هم سفت نشود، بعد خمیر را خوب مالش می‌دهیم و می‌گذاریم دو سه ساعت در کیسه نایلون بماند.

• سپس گوش فیل را به طریق زیر آماده می‌کنیم:

بعد مایه را خمیر کرده لواش را نازک مثل لواش باقلوا باز می‌کنیم، آردهای زیادی روی لواش را پاک می‌کنیم در صورتی‌که بخواهیم گوش فیل پف بکند لواش‌ها را دو لا می‌کنیم و در غیر این‌صورت لواش‌ها را یک لا با دهانه استکان یا لوان گرد گرد می‌بریم و در صورتی‌که لواش را دو لا کرده باشیم اول آنها را به طریق فوق می‌بریم و با دست کمی اطراف آنها را فشار می‌دهیم تا اطراف دو قطعه لواش به هم بچسبند و یک طرف دایره لواش‌ها را با دست کمی جمع می‌کنیم به طوریکه چین خوردگی پیدا کند سپس روغن فراوانی را داغ می‌کنیم بعد نان‌های آماده شده را در روغن می‌اندازیم و حرارت را ملایم می‌کنیم. یک طرف نان‌ها که کمی برشته شد آن را بر می‌گردانیم تا طرف دیگر نیز برشته شود بعد نان‌های آماده شده را داخل صافی می‌چینیم تا روغن زیادی آن گرفته شود، وقتی نان‌ها کاملاً سرد شدند دو طرف آنها را خاکه قندی که با کمی هل کوبیده مخلوط کرده‌ایم می‌پاشیم و در ظرف می‌چینیم کمی هم پسته چرخ کرده روی آن می‌دهیم.

شربت گوش فیل را به طریق ذیل آماده می‌کنیم:

شکر را با یک و نیم فنجان آب مخلوط می‌کنیم و روی آتش می‌گذاریم تا جوش بیاید و کمی غلیظ شود گلاب را می‌ریزیم چند جوش که زد شربت را از صافی رد می‌کنیم، در صورتی‌که گوش فیل مدتی ماند و خشک شد کمی شربت رقیق و گرم روی گوش فیل می‌دهیم. در صورتی‌که گوش فیل را در سینی تهیه کردیم باید لواش را بزرگ به اندازه سینی باز کرده و به طریق فوق عمل نمود.

لاسی توت فرنگی

نوع مقدار

توت فرنگی ۵/۱ پیمانه

ماست (خامه دار و شیرین) ۲ پیمانه

شکر ۲/۱ پیمانه

آب (خیلی خنک) ۱ پیمانه

یخ (خرد شده) ۱ پیمانه

برگ نعنا و توت فرنگی ۱ عدد از هر کدام برای تزئین

توت فرنگی و شکر را به مدت ۲ دقیقه در بلندر مخلوط می کنیم و به مدت ۲۰ دقیقه در فریزر قرار می دهیم. به طور جداگانه ای ماست و یخ و آب یخ را میکس می کنیم بعد توت فرنگی را از فریزر در می آوریم و باماست میکس می کنیم و در لیوانهایی که لبه آنها شکر رنگی زده ایم سرو می کنیم و بعد برگ نعنا و توت فرنگی را لبه لیوان قرار می دهیم.

منبع : شبکه جهانی جام جم

<http://vista.ir/?view=article&id=6125>

لرزونک

این دسر به دلیل داشتن طبعی سرد برای روزه داران بسیار مناسب است و در سفره افطار جلوه خاصی دارد.

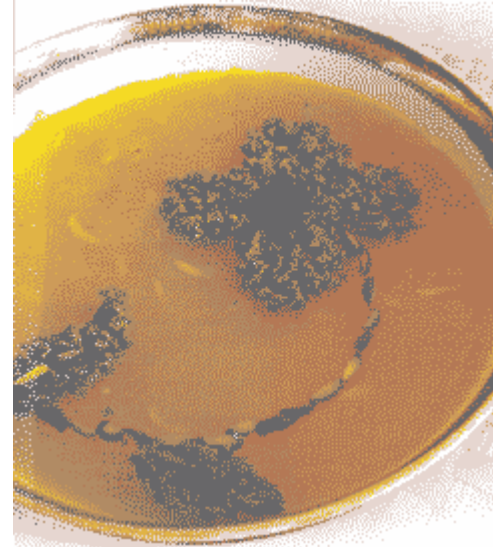
▪ طرز تهیه:

نشاسته را با ۲ لیوان آب خیس کرده و پس از ته نشین شدن، آب اضافی آن را خالی می کنیم.

نشاسته، شکر، ۶ لیوان آب، گلاب را با هم مخلوط کرده و از صافی می گذرانیم. از مخلوط مواد همراه با زعفران در قابلمه ی پیرکس با لعابی می ریزیم، روی حرارت تند می گذاریم و مرتب هم می زنیم تا به جوش آید.

پس از جوشیدن مواد، حرارت را کم می کنیم و آن قدر به هم زدن ادامه می دهیم تا حباب هایی ظاهر شده و غلیظ شود.

در این مرحله خلال بادام را به لرزونک اضافه می کنیم، فوراً آن را در ظرف مناسبی می ریزیم و می گذاریم تا کاملاً سرد شود.



روی لرزونک را می توان با خلال پسته تزئین کرد.

منبع: مجله هنر آشپزی

منبع : شبکه رشد

<http://vista.ir/?view=article&id=13274>

لوز نارگیل

- مواد لازم:
 - شربت قوام آمده یک چهارم پیمانه
 - پودر نارگیل ۲ پیمانه
 - پودر پسته برای تزیین به میزان لازم
- مواد لازم برای تهیه شربت:
 - شکر نصف پیمانه (۷۵ گرم)
 - آب یک چهارم پیمانه (۵۰ گرم)

- روش تهیه:

شربت قوام آمده را تا زمان سرد شدن کنار بگذارید. سپس با همزن برقی آنقدر بزنید تا کاملاً سفید شود.

پودر نارگیل را به آن اضافه کنید تا چسبندگی آن گرفته شود و خمیری شکل شود.

سپس مایه ی آماده را در قالب چرب شده ی باقلوا پهن نموده و روی آن را با پودر پسته تزیین کنید و در یخچال قرار دهید تا خودش را بگیرد.

سپس آن را به شکل لوزی برش دهید.



- روش تهیه شربت:

شکر و آب را بگذارید بجوشد تا قوام بیاید. در صورت دلخواه می‌توانید دو قاشق غذاخوری گلاب به شربت اضافه نمایید.

منبع : ترانه ها

<http://vista.ir/?view=article&id=96455>

مارمالاد توت فرنگی

- مواد لازم
 - توت فرنگی یک کیلوگرم
 - شکر نیم کیلوگرم
 - ژلاتین ۳ ورق
- طرز تهیه



ابتدا توت فرنگی‌ها را شسته و دم و برگ‌های آنها را جدا کنید؛ سپس با استفاده از رنده همه آنها را در کاسه‌ای رنده کنید. شکر را روی توت فرنگی رنده شده بریزید و به مدت ۲ الی ۳ ساعت صبر کنید. مخلوط توت فرنگی و شکر را همراه آب آن به داخل قابلمه‌ای منتقل کنید و روی شعله زیاد اجاق گاز قرار دهید تا آب آن به جوش آید. سپس حرارت را کم کنید و بگذارید تا مایه، پخته و غلیظ شود. ورق‌های ژلاتین را در کمی آب جوش حل کرده و به مایه اضافه کرده و با هم مخلوط کنید. بعد از چند جوش، مایه را از روی حرارت بردارید.

منبع : همشهری

<http://vista.ir/?view=article&id=89558>

 **vista.ir**
Online Classified Service

مارمالاد خرمالو

مارمالاد یکی از انواع مرباهاست، فقط حالت ژلاتینی دارد.
مارمالاد را می توان به همراه بیسکویت، کمی شیرینی و یا حتی به همراه
انواع نان ها مصرف کرد.

• مواد لازم

- سه عدد خرمالو بزرگ و رسیده
 - دو پیمانه شکر
 - یک قاشق سوپ خوری پودر ژلاتین
 - سه قاشق سوپ خوری آب
 - یک چهارم قاشق چای خوری وانیل
- طرز تهیه

خرمالوها را شسته و پوست آنها را جدا کنید. آنها را با چاقو خرد کرده و
سپس در دستگاه غذاساز بریزید و له کنید.
حالا خرمالوهای له شده را در داخل قابلمه بریزید و نیم ساعت روی شعله
ملایم گاز قرار دهید.
همزمان در یک کاسه کوچک فلزی سه قاشق سوپ خوری آب ریخته و روی
کتری در حال جوش بگذارید.
پودر ژلاتین را به آن اضافه کنید و مرتب به هم بزنید تا پودر ژلاتین با حرارت



غیر مسقیم کاملاً در آب حل شود.

حالا ژلاتین مایع را به خرمالوها اضافه کنید، بعد وانیل را بیفزایید و خوب به هم بزنید. قابلمه را یک ساعت و نیم روی گاز با حرارت ملایم نگه دارید و
هم بزنید.

غزل کاوه

منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=128868>

مارمالاد کیوی

• مواد لازم :

• کیوی پوست گرفته و خرد کرده ۱ کیلو

• لیمو ترش ۲ تا ۳ عدد

• شکر ۵/۱ کیلو

• به دانه ۳ یا ۴ قاشق

• طرز تهیه :

لیمو را آب بگیرید . کیوی را خرد کرده یا حلقه حلقه کنید . آب لیمو را روی کیوی بریزید و زیر و رو کنید . به دانه را در سه لیوان آب بجوشانید تا حجم آن به نصف برسد ، سپس آن را صاف کنید . کیوی و آب لیمو را در ظرف پیرکس یا لعابی بریزید . آب به دانه را روی آن بریزید و روی حرارت بگذارید تا با آتش ملایم ۳۰ دقیقه بجوشد . سپس آن را با گوشت کوب له کنید . شکر را با سه لیوان آب بجوشانید و کف آن را بگیرید و به کیوی اضافه کنید بعد هم بزنید و آن را روی آتش ۱۵ تا ۳۰ دقیقه بجوشانید . اگر کف داشت ، کف آن را بگیرید و از روی حرارت بردارید . پیش از خنک شدن یک تا دو بار مارمالاد را هم بزنید و در ظرف و بانکه در بسته نگهداری کنید .



منبع : سایت زنان آموزش و پرورش استان اصفهان

<http://vista.ir/?view=article&id=90199>

مافین آلبالو

- مواد لازم
- آرد ۳۵۰ گرم
- بیکینگ پودر ۱۵ گرم
- نمک کمی
- پودر قند نصف فنجان
- تخم مرغ دو عدد
- شیر دو سوم فنجان
- روغن مایع ۴ قاشق سوپخوری
- آلبالوی بدون هسته ۱۵۰ گرم
- رنده ی پوست پرتقال یک قاشق سوپ خوری
- طرز تهیه :

فر را با حرارت ۱۹۰ درجه سانتیگراد روشن کنید. داخل قالب ها کاغذ قرار دهید.

آرد، بیکینگ پودر، نمک و پودر قند را با هم مخلوط کنید. تخم مرغ ها را زده و شیر و روغن را به آن اضافه نمایید. آلبالوی بدون هسته و رنده ی پوست پرتقال را به آن بیافزایید. همه ی مواد را با هم مخلوط کنید.

مواد را داخل قالب ها بریزید. قالب ها را به مدت ۲۵ دقیقه در طبقه ی وسط فر بگذارید.

بعد از سرد شدن آن را سرو نمایید.

<http://kadbaanoo.blogfa.com/post-۱۹۹.aspx>

منبع : ماهنامه سلامتی و تغذیه



<http://vista.ir/?view=article&id=91305>

مافین شکلاتی



- مواد لازم برای ۱۲ عدد :
 - کره ی گیاهی پاستوریزه ۱۰۰ گرم
 - شکر قهوه ای یا سفید دو سوم پیمانه سرخالی (۱۰۰ گرم)
 - تخم مرغ ۲ عدد
 - آرد سفید گندم ۲ پیمانه سر پر (۲۱۵ گرم)
 - بیکینگ پودر ۱ قاشق چای خوری
 - شیر پاستوریزه نصف پیمانه (۱۲۵ میلی لیتر)
 - وانیل یک هشتم قاشق چای خوری
 - چپس شکلات ۱۷۰ گرم
- روش تهیه :
 - کره و شکر را با هم مخلوط کنید و با همزن برقی بزنید تا کرم رنگ شود.
 - سپس تخم مرغ ها را یکی یکی به همراه وانیل اضافه کنید و به زدن ادامه دهید (تخم مرغ اول را خوب بزنید و بعد تخم مرغ دوم را اضافه کنید).
 - شیر را به مایه اضافه کنید و هم بزنید.
 - آرد و بیکینگ پودر الک شده را کم کم به مایه بیفزایید و کاملاً مخلوط کنید.
 - سپس مایه را در ظرف مخصوص که از قبل چرب شده و آرد پاشیده اید بریزید و روی آن را با چپس شکلات (شکلات های ریز) بپوشانید.
 - ظرف را به مدت ۳۰-۲۵ دقیقه در فری که از قبل با حرارت ۱۹۰ درجه ی سانتی گراد گرم شده قرار دهید تا زمانی که روی مافین طلایی رنگ شود.
 - ۵ دقیقه صبر کنید تا مافین ها خنک شوند. سپس از درون قالب خارج کنید.
- نکته :
 - به جای قالب مخصوص مافین می توانید از قالب کیک های کوچک (قالب کیک یزدی) همراه با کاغذ مخصوص (کپسول) که داخل آن را چرب کرده

ايد، استفاده كنيد.

منبع : ترانه ها

<http://vista.ir/?view=article&id=97537>

 **vista.ir**
Online Classified Service

مافين موز و گردو

- مواد لازم:
- نمك نصف قاشق چايخوري
- بيكنگ پودر ۱ قاشق چايخوري
- تخم مرغ ۱ عدد
- موز ۵۴۰ گرم
- آرد ۱ ليوان
- مغز گردوي خرد شده يك چهارم ليوان
- روغن مایع يك سوم ليوان
- شهد طبيعي خرما يك چهارم ليوان
- طرز تهیه:



شهد خرما و تخم مرغ را با همزن می زنیم تا سفید شود. روغن مایع را افزوده و هم می زنیم. موزهای له شده را می افزاییم و باز هم با همزن می زنیم تا خوب مخلوط شود. آرد و نمك و بيكنگ پودر را مخلوط نموده و با هم الك می كنیم و به مواد بالا می افزاییم. در نهایت مغز گردو را افزوده و مخلوط می كنیم. داخل هر يك از قالب های مخصوص مافین يك كاغذ روغنی گذاشته و مواد مخلوط شده را داخل قالب ها می ریزیم. مافین ها را در فر با دمای ۳۵۰ درجه فارنهایت یا ۱۷۵ درجه سانتی گراد برای مدت ۳۵-۳۰ دقیقه قرار می دهیم تا بپزند.

<http://vista.ir/?view=article&id=91304>

مربا و مارمالاد بهترین پیزیم

• مارمالاد:

با میوه های بسیاری می توان مربا درست کرد حتی با پوست برخی میوه ها نظیر پسته تر، اما میوه هایی که می توان با آن ها مارمالاد تدارك دید، عبارتند از: زردآلو، توت فرنگی، به، سیب، هلو، آلبالو، کیوی، آلوزرد یا قطره طلایی.

▪ در مورد میوه هایی که هسته دارند، ابتدا هسته آن ها را خارج و سپس چرخ کنید. برای يك كيلو میوه شیرین، نیم كيلو شکر و برای يك كيلو میوه ترش، ۷۵۰ گرم شکر اضافه کنید و بگذارید تا با شعله ملایم بپزد. چنانچه بخواهید مارمالاد شما حالت ژلاتینه داشته باشد، می توانید برای يك كيلو میوه، يك قاشق مرباخوری پودر ژلاتین را به نصف فنجان آب جوش بیفزایید و آن را به میوه مورد نظرتان افزوده و بعد از سه تا چهار بار جوش زدن، آن را از روی حرارت بردارید.

▪ برای تهیه مارمالاد سیب و به، پوست آن ها را کنده، چرخ کنید و آن را با دو لیوان آب بپزید، سپس شکر را بیفزایید.



▪ میوه های کاملاً رسیده برای تهیه مارمالاد مناسب ترند.

• مربا:

- میوه هایی که برای مربا در نظر می گیرید، ترجیحاً سالم و بدون لك بوده و زیاد رسیده نباشند.
- در صورتی که شکر تمیز نبوده و رنگ آن زرد است، می توانید برای هر يك كيلو شكر، يك عدد سفیده تخم مرغ را با چنگال خوب به هم بزنید و آن را به شربت در حال جوش بیفزایید و از صافی ظرفی رد کنید تا رنگ آن سفید و شفاف شود.
- برای این که مربای مورد نظرتان نرم و لطیف شود، حتماً میوه ها را قبل از افزودن به شکر بپزید، زیرا شکر سبب سفت شدن پوست میوه می شود.
- شربت مربا را آن قدر بجوشانید تا قوام بیاید، یعنی اگر مقداری از مربا را در نعلبکی بریزید و با يك قاشق وسط آن خطی بکشید، دو قسمت کاملاً جدا به وجود بیاید.
- همواره برای يك كيلو میوه ترش، يك كيلو شكر و برای يك كيلو میوه شیرین، ۷۵۰ گرم شکر در نظر بگیرید.
- هیچ وقت مربای گرم را در شیشه نریزید، صبر کنید تا خنک شود.
- برای پیشگیری از شكرك زدن مربای میوه های شیرین از آبلیمو استفاده کنید.
- علت شكرك زدن مربا، جوشیدن بیش از حد آن است. در این شرایط بهتر است يك تا دو فنجان آب جوش به آن اضافه کرده، بگذارید سه تا چهار جوش بزند سپس کمی آبلیمو به آن بیفزایید تا شكرك مربا برطرف شود.
- همیشه آبلیمو را يك ربع قبل از برداشتن ظرف مربا از روی حرارت به آن اضافه کنید.
- موقع پخت مربا در قابلمه را باز بگذارید تا رنگ آن تغییر نکند، به جز مربای به که باید حتماً در ظرف را ببندید تا رنگ آن سرخ ارغوانی شود.

منبع : روزنامه جوان

<http://vista.ir/?view=article&id=73893>

 **vista.ir**
Online Classified Service

مربای آلبالو

• آلبالو ۲ كيلو



- شکر ۵/۱ کیلو
- اسانس وانیل ۲/۱ قاشق چایخوری
- طرز تهیه:

دم های آلبالو را می گیریم و آلبالو را می شویم بعد نوک چوب کبریتی را تیز می کنیم و با آن یا با ما شین مخصوص هسته گیر هسته های آلبالو را بطوریکه آلبالو له نشود و طرف دیگر آن (یعنی سر آلبالو) سوراخ نشود خارج می کنیم، آلبالوهای آماده شده را داخل قابلمه لعابی مناسبی می ریزیم و لا به لا آن شکر می پاشیم و می گذاریم آلبالو چند ساعت بماند و کمی آب بیندازد بعد ظرف را روی آتش تند و یک نواختی می گذاریم تا جوش بیاید . کف مربا را یکی دوبار میگیریم و وانیل را داخل مربا میریزیم شربت که قوام آمد مربا را از روی آتش برمی داریم معمولاً #۶۵۳۷۱ بعد از جوش آمدن نیم



ساعت برای طبخ مربا کافی است چون مربای آلبالو هر قدر بیشتر بجوشد رنگ آن تیره تر می شود . با این مقدار آلبالو دو شیشه شربت آلبالو نیز بدست میاید شربت زیادی آلبالو را صاف می کنیم و بعد از سرد شدن در شیشه می ریزیم بعضی از آلبالوها زیاد آب دارند در اینصورت وقتی شکر را داخل آلبالو ریختیم و دیدیم زیادی آب انداخته مقداری از آنرا برمی داریم و بعد مربا را می جوشانیم در غیر اینصورت مربا مدت بیشتری میجوشد و رنگ آن تیره میشود.

منبع : آشپزباشی

<http://vista.ir/?view=article&id=79242>

 **vista.ir**
Online Classified Service

مربای بادرنگ

بهار نارنج : ۳۰۰۰ گرم

شکر : ۲۵۰۰ گرم

آب لیموترش : ۰,۵ فنجان

هل : ۱ قاشق سوپخوری

تخم مرغ : ۱ عدد

بادرنگ را به چهار قاچ می‌کنیم و قسمت تخم و لیزی و سط آن را می‌گیریم و باریک باریک به پهنای ۳ تا ۴ سانت می‌بریم و قطعه را به شکل لوزی یا چهار گوش خرد می‌کنیم در صورتی‌که بخواهیم مربا ترد شود آنرا ۱۰ تا ۱۲ ساعت در آب آهک می‌خوابانیم و در صورتیکه بخواهیم نرم شود آب آهک لازم ندارد در صورت گذراندن در آب آهک آن را چند آب می‌شوئیم و بعد دوباره در آب می‌جوشانیم مغز آن نرم که شد ۲۴ ساعت آنها را در آب سرد می‌ریزیم و مرتب آب ان را عوض می‌کنیم و می‌چشیم تلخی آن که گرفته شد آنها را مثل مربای بالنگ روی پارچه پهن می‌کنیم که آب آن گرفته شود بعد دو برابر وزن آن شکر در نظر می‌گیریم و ۶ لیوان آب روی آن می‌ریزیم و یکی دو عدد سفیده تخم مرغ با آن مخلوط می‌کنیم و شربت را می‌جوشانیم و از پارچه نازک رد می‌کنیم تا شکر تمیز شود بعد بادرنگ‌های آماده را در این شربت می‌ریزیم و می‌جوشانیم تا شربت کاملاً غلیظ شده قوام بیاید و در آخر کار نصف استکان آبلیمو در آن می‌ریزیم و چند جوش که زد از روی آتش برمی‌داریم و بعد از سرد شدن در شیشه می‌ریزیم.

در توضیح بادرنگ باید بدانید که بادرنگ نوعی بالنگ است که در نقاط شمالی ایران رشد می‌کند (چون بالنگ معمولاً در جنوب ایران مانند شیراز رشد می‌کند) همچنین بادرنگ بسیار بزرگ‌تر از بالنگ است و از تازه آن برای درست کردن مربا استفاده می‌کنند.

• تهیه آب آهک:

به نسبت هر یک کیلو بادرنگ یک کیلو آهک را در ۵ تا ۶ لیوان آب سرد حل می‌کنیم به‌هم می‌زنیم و می‌گذاریم آهک کاملاً رسوب کند و بعد آب زلال آن را روی بادرنگ می‌ریزیم و بعد ۲ تا ۳ ساعت بادرنگ را مطابق دستور بالا آماده می‌کنیم.

<http://vista.ir/?view=article&id=344>

 **vista.ir**
Online Classified Service

مربای بالنگ

بهار نارنج : ۳۰۰۰ گرم

شکر : ۲۵۰۰ گرم

آب لیموترش : ۰,۵ فنجان

هل : ۱ قاشق سوپخوری

تخم مرغ : ۱ عدد

برای تهیه مربای بالنگ ممکن است از بالنگ تازه یا خشک استفاده کرد و چون معمولاً بالنگ خشک بیشتر در دسترس است طرز تهیه آن اول داده می‌شود و سپس تهیه مربای بالنگ تازه داده می‌شود:

• تهیه مربا با بالنگ خشک:

بالنگ را یک روز در آب سرد خیس می‌کنیم تا کاملاً نرم شود بعد با کارد تیزی روی پوست آن را می‌تراشیم و نه آنکه به کلی پوست آن گرفته شود زیرا هر قدر پوست آن بیشتر گرفته شود عطر آن کمتر می‌شود بعد بالنگ را در آبجوش دوباره می‌جوشانیم تا مغز آن پخته و نرم شود ۱۰ تا ۱۲ ساعت آن را در آب سرد می‌ریزیم دو سه بار آب آن را عوض می‌کنیم و کمی از آن را می‌چشیم باید تلخی نداشته باشد.

بعد پارچه روی می‌کشیم و بالنگ‌ها را روی پارچه می‌چینیم تا آب زیادی آن گرفته شود و بالنگ آماده شده را وزن می‌کنیم و دو برابر وزن آن شکر در نظر می‌گیریم یعنی به نسبت ۱,۵ کیلو بالنگ ۳ کیلو شکر کافی است شکر را در ظرفی می‌ریزیم ۶ لیوان آب روی آن می‌ریزیم و یکی دو عدد سفیده تخم مرغ با آن مخلوط می‌کنیم و شربت را می‌جوشانیم و از پارچه نازک رد می‌کنیم تا شکر تمیز شود بعد بالنگ‌های آماده را در این شربت می‌ریزیم و می‌جوشانیم تا شربت کاملاً غلیظ شده قوام بیاید و در آخر کار نصف استکان آبلیمو در آن می‌ریزیم و چند جوش که زد از روی آتش برمی‌داریم و بعد از سرد شدن در شیشه می‌ریزیم.

• تهیه مربا با بالنگ تازه:

بالنگ را به چهار قاچ می‌کنیم و قسمت تخم و لیزی وسط آن را می‌گیریم و باریک باریک به پهنای ۳ تا ۴ سانت می‌بریم و قطعه را به شکل لوزی یا چهار گوش خرد می‌کنیم در صورتی‌که بخواهیم مربا ترد شود آن را ۱۰ تا ۱۲ ساعت در آب آهک می‌خوابانیم و در صورتی‌که بخواهیم نرم شود آب آهک لازم ندارد در صورت گذراندن در آب آهک آن را چند آب می‌شوئیم و بعد دوباره در آب می‌جوشانیم مغز آن نرم که شد ۲۴ ساعت آنها را در آب سرد می‌ریزیم و مرتب آب آن را عوض می‌کنیم و می‌چشیم تلخی آن که گرفته شد آنها را مثل مربای بالنگ روی پارچه پهن می‌کنیم که آب آن گرفته شود بعد دو برابر وزن آن شکر در نظر می‌گیریم و ۶ لیوان آب روی آن می‌ریزیم و یکی دو عدد سفیده تخم مرغ با آن مخلوط می‌کنیم و شربت را می‌جوشانیم و از پارچه نازک رد می‌کنیم تا شکر تمیز شود بعد بالنگ‌های آماده را در این شربت می‌ریزیم و می‌جوشانیم تا شربت کاملاً غلیظ شده قوام بیاید و در آخر کار نصف استکان آبلیمو در آن می‌ریزیم و چند جوش که زد از روی آتش برمی‌داریم و بعد از سرد شدن در شیشه می‌ریزیم.

• تهیه آب آهک:

به نسبت هر یک کیلو بالنگ یک کیلو آهک را در ۵ تا ۶ لیوان آب سرد حل می‌کنیم به‌هم می‌زنیم و می‌گذاریم آهک کاملاً رسوب کند و بعد آب زلال

آن را روی بالنگ می‌ریزیم و بعد ۲ تا ۳ ساعت بالنگ را مطابق دستور بالا آماده می‌کنیم.

<http://vista.ir/?view=article&id=343>



مریای به

به : ۳۰۰۰ گرم

شکر : ۲۵۰۰ گرم

آب لیموترش : ۰,۵ فنجان

هل : ۱ قاشق سوپخوری

به را چهار قاچ می‌کنیم و تخم و قسمت سفتی وسط به را در می‌آوریم و پوست می‌کنیم (به را با پوست نیز مریا می‌کنند)، بعد به را به شکل قاچ پرتقال خرد می‌کنیم و آن را می‌شوئیم و در ظرف مس سفید کرده تمیزی می‌ریزیم (ظرف طبخ مریای به باید حتماً مس سفید کرده باشد زیرا در غیر این‌صورت مریای خوش‌رنگ نمی‌شود)، بعد مقداری آب در حدود ۸ لیوان به‌طوری که کمی روی به را بگیرد در ظرف می‌ریزیم و در آن را می‌بندیم و ظرف را روی حرارت ملایم می‌گذاریم تا به کمی پخته ولی زیاد له نشود بعد شکر را داخل به می‌ریزیم و هل را نیز اضافه می‌کنیم و می‌گذاریم مریا با حرارت ملایم ۳ تا ۴ ساعت بجوشد تا رنگ مریا قرمز خوش‌رنگ و شربت آن غلیظ شود. بعد آب لیمو را می‌ریزیم. مریا چند جوش که زد از روی آتش بر می‌داریم.

باید توجه داشت که ظرف مریا در مدت طبخ مریا باید بسته و حرارت ملایم باشد تا مریا خوش‌رنگ شود در صورتی‌که مریا رنگش کاملاً قرمز شد ولی شربت آن رقیق بود در آن را برمی‌داریم و حرارت را کمی تند می‌کنیم.

<http://vista.ir/?view=article&id=341>



مربای به

به را پوست کنده و قاچ کرده داخل ظرف ریخته و حدود ۵ لیوان آب ریخته (طوری که روی به را بگیرد) در آن را می بندیم

• مواد لازم برای مربای به:

• به ۱ کیلو

• شکر ۷۵۰ گرم

• آب لیمو ۳ قاشق غذاخوری

• هل کوبیده ۱ قاشق چایخوری (یا هل نکوبیده ۱ قاشق مرباخوری)

• طرز تهیه:

کنده و قاچ کرده داخل ظرف ریخته و حدود ۵ لیوان آب ریخته (طوری که روی به را بگیرد) در آن را می بندیم و روی حرارت می گذاریم تا به کمی پخته

شود (ولی له نشود) بعد شکر را به آن اضافه می کنیم و می داریم با حرارت ملایم ۳-۴ ساعت بجوشد تا رنگ مربا قرمز خوشرنگ و شربت آن غلیظ شود بعد آب لیمو و هل را به آن اضافه می کنیم و بعد از چند جوش آن را از روی آتش بر می داریم. (اگر از هل نکوبیده استفاده کردید همراه با شکر هل را داخل مربا بریزید)

برای درست کردن مربای «به» باید از ابتدا در ظرف بسته باشد و حرارت ملایم باشد تا کاملن رنگ مربا قرمز شود.



منبع : سایت ننجون

<http://vista.ir/?view=article&id=94361>

مریای به

- مواد لازم:
- به: ۵/۱ کیلو
- شکر: ۲۰۰/۱ کیلوگرم
- آبلیمو: یک قاشق سوپخوری
- دانه هل نکوبیده: یک قاشق مرباخوری
- طرز تهیه:



به را پوست کنده، چهار قاچ می‌کنیم. تخم و سفتی آن را می‌گیریم. اگر بخواهیم می‌توانیم شکل قاچ پرتقال و یا قاچ‌های بزرگ بزنیم. (طرف مریای به بهتر است مس سفید شده باشد). ۴ لیوان آب را روی برش‌های به می‌ریزیم و می‌گذاریم کمی بپزد اما نرم و له نشود. سپس شکر و هل را به آب و به اضافه می‌کنیم. وقتی جوش آمد حرارت را کم می‌کنیم و یک «دمکن» روی قابلمه می‌گذاریم. ۴-۵ ساعت طول می‌کشد تا مریا خوش‌رنگ شود و قوام بیاید. در آخر آبلیمو را اضافه و حرارت را خاموش می‌کنیم و با همان دمکن قابلمه را کنار می‌گذاریم تا خنک شود. نکته: اگر رنگ مریا خوش‌رنگ شد، اما شربت آن رقیق بود حرارت را ۱۰ دقیقه زیاد می‌کنیم تا شربت غلیظ شود. ضمناً این مریا هرچه بیشتر بجوشد، رنگ آن تیره‌تر می‌شود. اگر بخواهیم کمرنگ بماند، دمکن قابلمه را نمی‌گذاریم و سریع آن را می‌پزیم تا گلبهی رنگ شود.

منبع : روزنامه تهران امروز

<http://vista.ir/?view=article&id=97783>

مربای بهار نارنج

بهار نارنج : ۳۰۰۰ گرم

شکر : ۲۵۰۰ گرم

آب لیموترش : ۰,۵ فنجان

هل : ۱ قاشق سوپخوری

این مربا یکی از لطیف‌ترین و مطبوع‌ترین مرباها است که باید در طبخ آن دقت بیشتری به کار برود تا نتیجه مطلوب به دست بیاید و نکته حساس آن است که باید بعد از چیدن بهار (شکوفه نارنج) بلافاصله آن را برای طبخ آماده نمود.

هم وزن بهار شکر در نظر می‌گیریم و برای هر یک کیلو شکر دو لیوان آب کافی است بهتر است بهار را دو سه ساعت در آب آهک بخوابانیم دیگ مناسبی را آب می‌ریزیم و جوش می‌آوریم بهار از آب آهک خارج می‌کنیم و می‌شوئیم دوباره در آب می‌جوشانیم و آب آن را عوض می‌کنیم، بعد بهار را در آب شیرین به مدت ۲۴ ساعت قرار می‌دهیم و سه تا چهار بار آب آن را عوض می‌کنیم، تا تلخی بهار گرفته شود بعد شکر را با آب می‌جوشانیم و صاف می‌کنیم و بهار را که تلخی آن گرفته شده است در شربت می‌ریزیم و روی آتش می‌گذاریم تا شربت بجوشد و قوام بیاید، بعد ۳ تا ۴ قاشق سوپخوری آب لیمو را اضافه می‌کنیم و بعد از دو سه جوش مربا را از روی آتش بر می‌داریم.

تهیه آب آهک:

به نسبت هر یک کیلو بهار نارنج یک کیلو آهک را در ۵ تا ۶ لیوان آب سرد حل می‌کنیم به هم می‌زنیم و می‌گذاریم آهک کاملاً رسوب کند و بعد آب زلال آن را روی بهار نارنج می‌ریزیم و بعد ۲ تا ۳ ساعت بهار نارنج را مطابق دستور بالا آماده می‌کنیم.

<http://vista.ir/?view=article&id=342>

 **vista.ir**
Online Classified Service

مربای پرتقال درسته

پرتقال : ۶ عدد

قند : قدری

شکر : ۲ کیلو

برگ شلغم : قدری

پرتقال را تمیز بشوئید و با دستمال خشک کنید، قند کلوخه را به دو قسمت نموده، و با هر یک از آن قطعات پرتقال را در دست گرفته پوستش را بسائید تا رنگ قند زرد گردد، قطعات قندی که رنگش زرد شد، در ظرف جداگانه ریخته بعد از آن شربت پرتقال درست کنید. پس از اینکه پرتقالها سائیده شد، آنها را در یک ظرف آب انداخته و در هوای آزاد بگذارید تا دو روز در آب بماند، آب ظرف باید روزی سه بار عوض شود.

بعد از دو روز پرتقالها را از آب در آورده و آنها را در دیگ نسبتاً بزرگی که محتوی آب جوش است بریزید و سپس آنها را از روی آتش برداشته و در آبکش صاف کنید، این را شش بار تکرار کنید و در دفعه ششم بگذارید پرتقالها آنقدر بجوشد که حتی پوستش هم بپزد. سپس پرتقالها را از دیگ در آورده بگذارید هوا بخورد، دو کیلو شکر را بجوشانید و در آن شش نخود جوهر لیمو بریزید، وقتی که موقع قوام آمدنش نزدیک گردید، پرتقالها را در دیگ بگذارید تا بپزد. مربای پرتقال درسته آماده است آن را تا مدت‌ها می‌توانید سرو کنید.

<http://vista.ir/?view=article&id=323>



مربای پسته

- مواد لازم:
- آب: ۴ پیمانه
- شکر: ۱ کیلو



- پسته‌ای که هنوز نرسیده است: ۱ کیلو
- آبلیموی تازه: ۲ قاشق سوپخوری
- طرز تهیه:

ابتدا پسته‌ها را از پوست جدا می‌کنیم. بعد مقداری آب در ظرفی ریخته و می‌جوشانیم، پسته‌ها را در آب جوش ریخته تا کاملاً پخته شوند، سپس پسته‌ها را در آبکش ریخته و مجدداً در آب سرد قرار می‌دهیم تا تلخی خود



را پس دهد.

در این فاصله شکر را با آب مخلوط نموده، روی حرارت ملایم قرار داده و می‌جوشانیم تا شربت کاملاً قوام یابد. پس از آن پسته‌ها را از آب سرد خارج کرده، به شربت قوام آمده اضافه می‌کنیم تا چند جوش بزنند. زمانی که رنگ سبز خوشرنگی به خود گرفت، آبلیمو را اضافه نموده، چند جوش که زد زیر اجاق را خاموش می‌کنیم. پس از سرد شدن مربا را در ظرف مورد نظر می‌ریزیم.

منبع : روزنامه تهران امروز

<http://vista.ir/?view=article&id=96376>

 **vista.ir**
Online Classified Service

مربای پوست پرتقال

- مواد لازم:
- پوست پرتقال تازه: ۱ کیلو
- شکر: ۱/۵ کیلو
- آب: ۱/۵ لیتر
- آب لیمو: ۲ قاشق غذاخوری





• طرز تهیه: روی پرتقال ها شش برش طولی زده و به آرامی پوست آن ها را بکنید. هر برش پوست پرتقال را به صورت رول (لوله) بیچانید و سپس یک خلال دندان به هر کدام بزنید تا به همین شکل باقی بماند (مطابق شکل).

سپس رول ها را در قابلمه حاوی آب سرد ریخته و روی حرارت قرار دهید تا به جوش آید. هنگامی که آب جوش آمد پس از پنج دقیقه آن را آبکش کنید. این عمل را سه بار تکرار نمایید سپس رول ها را در قابلمه ریخته و روی آن آب سرد بریزید و بگذارید تا ۲۴ ساعت بماند. هر ۳ تا ۴ ساعت یک بار آن را عوض کنید تا تلخی پوست پرتقال گرفته شود (توجه داشته باشید که عطر پرتقال به طور کامل از بین نرود). آب و شکر را در قابلمه ای بزرگ ریخته روی حرارت ملایم قرار دهید تا آب به جوش آید و شکر حل شود. رول ها را به آب و شکر بیفزایید و بگذارید تا به آرامی بجوشد و پوست پرتقال شفاف شود. در پایان آبلیمو را اضافه کنید و سپس خلال ها را از رول ها خارج کرده و بگذارید شربت غلیظ شود. حرارت را خاموش کنید و بگذارید تا مربا سرد شود. مربا را در ظرف تمیزی بریزید، به طوری که شربت کاملاً روی پوست پرتقال را بپوشاند، و آن را در جای خنک نگهداری کنید.

منبع : روزنامه ابتکار

<http://vista.ir/?view=article&id=94267>

 **vista.ir**
Online Classified Service

مربای پوست پسته

• مواد لازم:

- پوست پسته تازه ۱ کیلو
- شکر ۱ کیلو
- هل یا وانیل به قدر لازم
- آبلیمو نصف استکان
- گلاب در صورت تمایل ۱ فنجان



▪ خلال پسته ۱ فنجان

• طرز تهیه:

پوست پسته را شسته و آن را ۴ بار و هر بار ۲۰ دقیقه می جوشانیم تا تلخی پوست گرفته شود و آن را در آب سرد می ریزیم. یک ساعت بعد آن را صاف می کنیم. شکر را با ۲ لیوان آب و گلاب می جوشانیم تا کمی قوام بیاید و پس از سرد شدن شربت پوست پسته ها را در شربت می ریزیم و بعد از ۳-۲ ساعت قابلمه را روی حرارت ملایم اجاق قرار می دهیم تا مربا جا بیفتد و شربت قوام بیاید. آبلیمو و خلال پسته را هم اضافه می کنیم و بعد از سه تا چهار جوش ظرف را از روی حرارت برمی داریم و می گذاریم مربا خنک شود.

منبع : تبیان

<http://vista.ir/?view=article&id=104447>



 **vista.ir**
Online Classified Service

مربای توت فرنگی

• مواد لازم

▪ توت فرنگی ریز و سفت و رسیده یک کیلوگرم

▪ شکر یک کیلوگرم

▪ وانیل یک قاشق چای خوری (در صورت تمایل)

• طرز تهیه

رایج ترین روش برای درست کردن مربای توت فرنگی به شرح زیر است:





پس از آنکه دم توت‌فرنگی‌ها را جدا کردید و آنها را خوب شستید، توت‌فرنگی‌ها را داخل قابلمه‌ای که بهتر است لعابی باشد بریزید، لابه‌لای آنها شکر بپاشید و حدود ۸ الی ۹ ساعت بگذارید تا توت‌فرنگی‌ها به اصطلاح

آب ببندازند. سپس قابلمه را روی شعله زیاد اجاق گاز قرار دهید. هنگام جوشیدن، کفی روی سطح مربا ایجاد می‌شود که بهتر است آن را یکی دوبار بگیرید. در صورتی که مایل هستید طعم وانیل نیز در مربای شما باشد حالا هنگام اضافه کردن وانیل است. وقتی که شربت مربا قوام آمد، قابلمه را از روی اجاق گاز بردارید. برای آماده شدن مربای توت‌فرنگی، به حدود نیم‌ساعت زمان نیاز است؛ هر چه این مدت طولانی‌تر شود، مربا تیره‌رنگ‌تر می‌شود.

- شربت توت‌فرنگی: در صورتی که می‌خواهید از شربت مربا نیز به صورت جداگانه استفاده کنید، پیش از پخت کامل توت‌فرنگی‌ها، مقدار زیادی از آب آن را به داخل ظرف دیگری منتقل کنید و سپس با اضافه کردن مقدار نیم کیلوگرم شکر به توت‌فرنگی‌های داخل قابلمه، حرارت دادن را برای چند دقیقه دیگر ادامه دهید تا شربتی که بعد از اضافه کردن شکر حاصل شده نیز قوام بیاید.

نکته: در چنین شرایطی مدت زمان نیم‌ساعته برای پخت کامل توت‌فرنگی باید کم شود زیرا در غیر این صورت توت‌فرنگی‌ها در مرحله دوم حرارت دیدن، له می‌شوند یا تغییر رنگ می‌دهند.

- نوعی دیگر

برخی خانم‌ها مربای توت‌فرنگی را به روش دیگری طبخ می‌کنند. در این روش پس از شست‌وشوی توت‌فرنگی‌ها، مقداری شکر را در یک لیوان آب بریزید و روی شعله اجاق بگذارید تا بجوشد. در مدت زمان جوشیدن آب و شکر، کف روی آب را بگیرید. پس از آنکه شربت غلیظ شد، پیش از قوام آمدن، توت‌فرنگی‌ها را به آرامی داخل شربت بریزید و بگذارید روی شعله اجاق گاز چند دقیقه بجوشند تا پخته شوند. به همین راحتی مربای شما آماده می‌شود.

منبع : همشهری

<http://vista.ir/?view=article&id=89557>

 **vista.ir**
Online Classified Service

مربای زرد آلو

زرد آلو : ۱۰۰۰ گرم

شکر : ۵۰۰ گرم

آهک : قدری

هل : قدری

گلاب : ۲ قاشق سوپخوری

سفیده تخم مرغ : ۱ عدد

آب را جوش آورده آلوزردها را در آن ریخته پوستش را بکنید. مواظب باشید دمنش کنده نشود، سپس قدری آهک در آب سرد ریخته و همش بزنیید. همین که ته نشین شد، آب زلالش را صاف کرده روی آلو زرد بریزید و بگذارید یکساعت بماند. سپس آهک را دور ریخته روی آلوها آب شیرین بریزید و دو سه بار بشوئید ولی مواظب باشید صدمه‌ای به آلوها نرسد. چرک شکر را باسفیده تخم مرغ گرفته، صافش نمائید ، دو جوش که زد آلوزردها را در شکر بریزید و روی آتش ملایم بجوشانید. همین که شکر کمی قوام گرفت، قدری هل و گلاب به آن مخلوط کرده یک جوش که زد ان را بردارید.

<http://vista.ir/?view=article&id=333>



مربای سیب

سیب ها را پوست کنده و قاچ میکنیم (برای اینکه سیب ها موقع پوست کندن تیره نشوند در ظرف آبی نصف استکان سرکه می ریزیم و سیب ها را در داخل آن قاچ می کنیم)

- مواد لازم:
- سیب ۱ کیلو





- شکر ۱ کیلو (اگر سیب شیرین بود میتوانید ۷۵۰ گرم شکر استفاده کنید)
 - گلاب نصف استکان
 - آب لیمو ۳ قاشق غذاخوری
- طرز تهیه :

سیب ها را پوست کنده و قاچ میکنیم (برای اینکه سیب ها موقع پوست کندن تیره نشوند در ظرف آبی نصف استکان سرکه می ریزیم و سیب ها را در داخل آن قاچ می کنیم) سیب ها را در ظرفی می ریزیم و حدود ۴-۵ لیوان آب (طوری که روی سیب ها را بگیرد) میریزیم و روی حرارت میگذاریم تا سیب ها کمی پخته شود . بعد سیب ها را در صافی میریزیم و آب سیب را با شکر مخلوط میکنیم و دو- سه جوش میدهم، سپس سیب ها را داخل شربت ریخته و میگذاریم شربت مراب قوا بیاید، سپس گلاب و آب لیمو را اضافه میکنیم و بعد از چند جوش مراب را از روی آتش بر میداریم.

منبع : سایت ننجون

<http://vista.ir/?view=article&id=94359>

 **vista.ir**
Online Classified Service

مربابی سیب درسته (یونانی)

- مواد لازم:

سیب سالم: ۱ کیلو، شکر: ۱ کیلو، آبلیمو: ۱ قاشق غذاخوری، گلاب: ۱ استکان سرخالی

- طرز تهیه:

سیبها را شسته، وسط آنها را با چاقوی مخصوص خالی میکنیم و با پوست در قابلمه لعابی می ریزیم و با آب روی سیبها را می پوشانیم. سپس با حرارت ملایم، سیبها را کمی می پزیم تا جایی که له نشود و پوست آنها نترکد. وقتی سیبها کمی پخته شد شکر را در آب ریخته می گذاریم تا قوان بیاید (شکر را باید یکجا بریزیم که سریع قوام بیاید و سیبها له نشوند) در آخر آبلیمو و گلاب را اضافه می کنیم و گاز را خاموش می کنیم. در صورت تمایل می توانیم کمی رنگ خوارکی به مراب اضافه کنیم و وسط سیبها را با بادام یا گردو تزئین می کنیم.

منبع : نشریه بهکام

<http://vista.ir/?view=article&id=8785>

مربای کیوی

- مواد لازم:

- کیوی، یک کیلوگرم
- شکر، یک و نیم کیلوگرم
- جوهر لیمو، یک قاشق سوپ‌خوری
- وانیل، نصف قاشق چای‌خوری

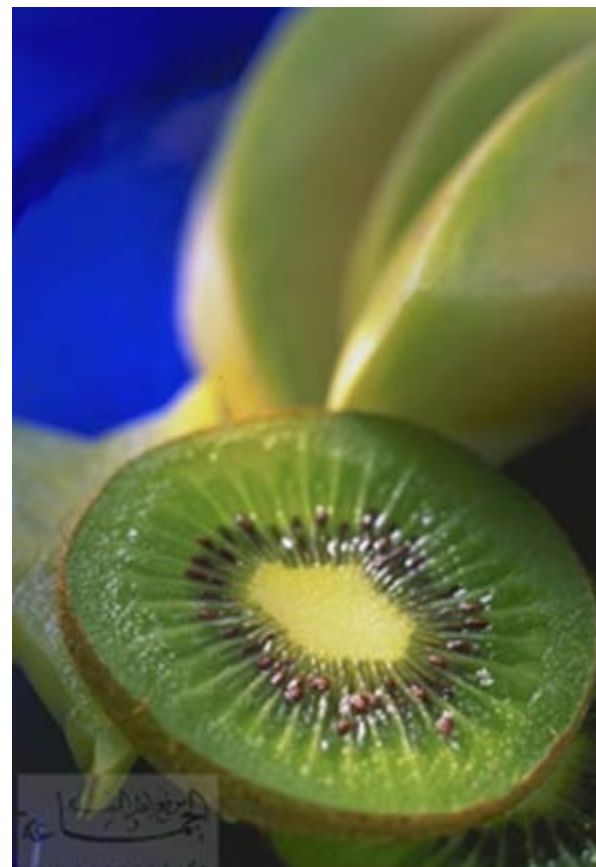
- طرز تهیه:

۱) کیوی‌ها را شسته و پوست آن را به صورت نازک با چاقو بکنید و سروته آن را نیز بزنید. سپس هرکدام را به قطر یک سانتی‌متر حلقه حلقه کنید.

۲) در یک قابلمه استیل یا لعابی، حدود یک استکان آب بریزید و مقدار یک و نیم کیلوگرم شکر را اضافه کنید و روی حرارت ملایم اجاق‌گاز قرار دهید و مرتب هم بزنید تا شکر در آب حل شود. پس از حل شدن شکر، حرارت دادن را ادامه دهید تا شیر جوشیده و قوام آید.

کیوی‌های حلقه‌حلقه‌شده را داخل شیر بریزید و کمی حرارت دهید. سپس جوهر لیمو را به همراه وانیل به آن اضافه کنید.

توجه داشته باشید که این مربا نباید زیاد بجوشد زیرا بافت کیوی نرم بوده و به سرعت له می‌شود. بنابراین با اولین جوش، زیر اجاق‌گاز را خاموش کنید





و پس از سردشدن، داخل شیشه بریزید.

نکته ۱) به دلیل آنکه کیوی پس از جوشیدن، رنگ اصلی خود را از دست

می‌دهد، می‌توانید از رنگ سبز خوراکی مخصوص غذا استفاده کنید. این رنگ به صورت محلول در آب بوده یا به صورت پودری است که می‌توانید مقدار خیلی کمی از آن را در یک قاشق سوپ‌خوری آب حل کرده و سپس به مربا اضافه کنید.

نکته ۲) باتوجه به اینکه رنگ مخصوص غذا معمولاً خیلی غلیظ است، ابتدا یکی دو قطره از آن را در مربا بریزید و هم بزنید، اگر کافی نبود، دوباره کمی دیگر اضافه کنید تا رنگ مربا به صورت دلخواه درآید.

نکته ۳) به جای وانیل از هل یا کمی گلاب نیز می‌توانید استفاده کنید.

منبع : همشهری آنلاین

<http://vista.ir/?view=article&id=101014>



مربای لیمو ترش

لیمو ترش : ۱۰۰۰ گرم

شکر : ۲۰۰۰ گرم

لیموهای درشت بی الک را بو نوک چاقو سائیده، ۲۴ ساعت در آب بخیسانید. و در طی این مدت چند بار آبش را عوض کنید سپس در یک دیگ آب تازه ریخته و آن را بجوش آورده لیمو ترش‌ها را در آن بریزید و فوری بردارید، اگر زیاد در آبجوش بماند، لیموها تلخ می‌شود، سه بار به این ترتیب در آبجوش ریخته، فوراً از داخل آب بیرون بیاورید سپس با نوک چوب کبریت لیموها را سوراخ کرده آنها را یکی یکی در شربت غلیظی که قبلاً آماده کرده اید و روی آتش بار نموده اید ریخته همین که تمام لیموهای فوق الذکر را ریختید، آن را از روی آتش بردارید، دو روز بعد دوباره مربای لیموی فوق الذکر را بارنموده و کمی دیگر بجوشانید تا غلیظ تر شود.

<http://vista.ir/?view=article&id=337>

مسقطی

«مسقطی»، شیرینی نرم و خوش طعم و بویی است که طرفداران زیادی دارد و بعضاً به عنوان دسر نیز از آن استفاده می کنند. در تهیه مسقطی، انتخاب نشاسته عالی بسیار تعیین کننده است. همچنین این شیرینی خوشمزه را می توان بصورت کم شیرینی یا با شکر مصنوعی هم تهیه کرد.

• مواد لازم برای تهیه مسقطی:

• ۱۵۰ گرم نشاسته گل سفید و تازه

• ۳۰۰ گرم شکر

• ۱۰۰ گرم کره یا روغن جامد اعلا

• ۱/۲ پیمانه گلاب

• ۳ پیمانه آب

• ۱/۲ قاشق هل کوبیده



• ۱/۲ پیمانه بادام بوداده خرد شده

• پودر پسته یا بادام برای تزیین.

• روش تهیه:

ابتدا در یک قابلمه مناسب نشاسته را در یک پیمانه آب سرد حل کنید و سپس باقی آب را افزوده، خوب بهم بزنید. محلول نشاسته را روی شعله متوسط قرار داده و با قاشق چوبی یا تفلون بی وقفه بهم بزنید تا گلوله نشده، به ته ظرف نچسبد. سپس در این بین شعله را کم کرده، شکر و هل را اضافه کنید، کره یا روغن را نیز داخل مایه ریخته و بهم بزنید تا نشاسته بپزد و غلیظ شود. در صورت تمایل خرده بادام بوداده را نیز به مخلوط اضافه کنید و در آخر گلاب را بریزید. به این ترتیب بوی گلاب از بین نمی رود. توجه کنید که این مخلوط بیش از حد غلیظ نشود چون پس از خنک شدن بیش از حد خشک خواهد شد. تا حدی که خط قاشق روی آن باقی بماند و بوی خامی نشاسته از بین برود، کافی است. می توانید

مسقطی را در کاسه های کوچک یک نفره ریخته و با پودر پسته تزیین کنید یا تمام آن را در سینی یا ظرف مستطیلی مناسبی ریخته، پس از خنک شدن به شکل لوزی بریده، با پودر یا خلال پسته تزیین کنید. در صورت تمایل با افزودن مقداری زعفران حل شده در یک قاشق سوپخوری آب جوش به این ترکیب، مسقطی زعفرانی خواهید داشت.

منبع : روزنامه ابتکار

<http://vista.ir/?view=article&id=95618>



مسقطی خانگی

قند : ۲۲۵ گرم

نشاسته : ۷۵ گرم

گلاب : ۷۵ گرم

روغن اعلاای کرمانشاهی : ۷۵ گرم

بادام : قدری

هل : ۲۵ گرم

قند را در آب ریخته جوش آورید نشاسته را در نصف گیلای آب سرد جل کرده صاف نمائید و در شربت قند بریزید و تند تند همش بزنید تا نشاسته پخته شود.

اگر نشاسته بوی خامی بدهد، مجدداً قدری آب در آن ریخته بگذارید چند جوش دیگر بزند.

سپس هل سائیده نرم را که در گلاب شیره کشیده و صافش نموده‌اید در آن ریخته روغن را هم با آن مخلوط کرده و به هم زدن ادامه دهید تا گلوله گلوله نشده و به ته ظرف نچسبد.

همین که خوب سفت شد، قدری خلال بادام در آن بریزید و از روی آتش بردارید.

در ظرف بلوری به قطر یک سانتی‌متر، پهنش کنید و رویش خلال بادام بپاشید.

در یخچال بگذارید بعد از ۳۰ دقیقه آماده است.

<http://vista.ir/?view=article&id=358>



معجون مقوی

• مواد لازم

- چهار زرده تخم مرغ
- نصف فنجان شکر
- دو فنجان شیر
- کمی دارچین
- کمی ادویه میخک
- یک فنجان خامه
- یک قاشق مرباخوری وانیل
- یک قاشق مرباخوری جوزهندی



• طرز تهیه

در یک کاسه بزرگ، زرده تخم مرغ ها را آنقدر بزنید تا سفیدرنگ شود سپس به آرامی شکر را به آن اضافه کنید و آنقدر هم بزنید تا در آن حل شده و یکدست شود.

شیر، میخک و دارچین را در ظرفی مناسب مخلوط کرده و روی شعله ملایم اجاق گاز قرار دهید تا گرم شود.

مخلوط تخم مرغ را به آرامی به مواد روی اجاق گاز اضافه کرده و هم بزنید تا کاملاً یکنواخت شود قبل از این که به جوش آید، ظرف را از روی شعله گاز برداشته و خامه را سریع به آن اضافه کرده و هم بزنید و برای یک ساعت صبر کنید تا مخلوط کاملاً خنک شود سپس به آن وانیل و جوزهندی را اضافه کنید.

منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=129669>

 **vista.ir**
Online Classified Service

معجون میوه

- مواد لازم
 - یک عدد موز
 - یک عدد گلابی
 - یک فنجان و نیم ماست کم چرب
 - یک چهارم فنجان عسل
 - دو قاشق مرباخوری وانیل
- طرز تهیه

در یک قابلمه کوچک آب ریخته و آن را بجوشانید و تا زمانی که آب به جوش آید در ظرفی دیگر آب و یخ بریزید. پس از این که آب به جوش آمد گلابی را در آب جوش انداخته و پس از چند ثانیه آن را خارج ساخته و داخل ظرف آب و یخ قرار دهید. پس از گذشت دو دقیقه، پوست گلابی را کنده و آن را به قطعات کوچک تقسیم کنید و به همراه موز که از قبل آن را قطعه قطعه کرده اید در یک ظرف پلاستیکی ریخته و به مدت هشت ساعت در فریزر قرار دهید. ماست، عسل و وانیل را در مخلوط کن ریخته و صبر کنید تا بخوبی با یکدیگر



مخلوط شوند. قطعات میوه را به مواد درون مخلوط کن اضافه کرده تا مواد با یکدیگر مخلوط شوند. سپس آن را به مدت سه ساعت در یخچال قرار دهید و بعد از آن میل کنید.



ملیحه قریشی

منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=131017>

 **vista.ir**
Online Classified Service

موز شکلاتی

▪ مواد لازم؛ دوپست و پنجاه گرم شکلات تخته ای خردشده شیرین، شش عدد سیخ کبابی کوچک، دو عدد موز پوست گرفته و خردشده، یک سوم پیمانه بادام زمینی و یا پسته بوداده و خردشده.

▪ طرز تهیه؛ شکلات را به روش بن ماری ذوب کنید. در این روش ظرف حاوی شکلات را درون ظرفی دیگر که محتوی آب جوشان است قرار می دهیم تا شکلات به آهستگی ذوب شود. با استفاده از کاغذ روغنی کف یک سینی را بپوشانید و آن را کنار بگذارید. سیخ های چوبی را از داخل تکه های موز رد کنید و کاملاً در شکلات بغلطانید تا موز کاملاً توسط شکلات ذوب شده پوشیده شود. مقداری پسته یا بادام زمینی را روی موز آغشته به شکلات بپاشید و وقتی کمی خودش را گرفت در سینی آماده شده قرار دهید.

سینی را به مدت نیم ساعت در یخچال بگذارید. شیرینی خوشمزه شما آماده است. باقیمانده شکلات ذوب شده را هم می توانید روی کاغذ



روغنی بریزید تا دوباره سفت شود و از آن برای تزئین بستنی و یا سایر شیرینی ها استفاده کنید.

منبع : روزنامه کارگزاران

<http://vista.ir/?view=article&id=80012>

 **vista.ir**
Online Classified Service

موس انبه

- مواد لازم:

- شکر: ۱ قاشق غذاخوری

- ژلاتین: ۲ قاشق غذاخوری

- آب: یک چهارم لیوان

- شیر: سه چهارم لیوان کاملاً جوشیده

- طرز تهیه:

انبه را در مخلوط کن ریخته تا کاملاً یکدست شود شکر را با پوره انبه مخلوط

کرده و در کاسه‌ای بریزید. ژلاتین را با آب مخلوط کنید و روی بخار آب جوش

بگذارید تا کاملاً حل شود سپس به مخلوط انبه اضافه کنید.

شیر را در ظرف دیگری آن قدر با همزن بزنید تا کف کند سپس آن را هم به

مخلوط انبه اضافه کنید

مخلوط را در ظرف‌های پذیرایی ریخته و در یخچال بگذارید. صبر کنید تا خودش

را بگیرد و سفت شود





منبع : خانواده سبز

<http://vista.ir/?view=article&id=77100>



موس بادام و شکلات

- زمان تهیه: چهار ساعت
- مواد لازم برای شش نفر
- حدود ۱۱۳ گرم شکلات خرد شده
- یک چهارم فنجان شیر
- سه چهارم قاشق چایخوری پودر ژلاتین
- چهار عدد زرده تخم مرغ
- نصف فنجان شکر
- یک و یک چهارم فنجان خامه
- نصف قاشق چایخوری وانیل



▪ یک سوم فنجان تافی بادامی خرد شده

• طرز تهیه

پودر ژلاتین و شیر را با هم مخلوط کرده و پس از پنج دقیقه زرده تخم مرغ، شکر و نصف فنجان خامه را به آن اضافه کنید. سپس آن را پنج دقیقه

روی حرارت متوسط قرار دهید. مخلوط حاصل را در کاسه بزرگی به خرده شکلات ها اضافه، برای پنج دقیقه خوب مخلوط کنید. سپس وانیل را به آن افزوده و ظرف را برای مدت نیم ساعت در فریزر قرار دهید. سپس مخلوط را حدود سه دقیقه با همزن بزنید. در کاسه کوچک دیگری سه چهارم فنجان خامه را خوب بزنید تا فرم بگیرد سپس آن را با تافی بادامی مخلوط کرده و به مخلوط شکلات اضافه کنید. سپس آن را برای مدت سه ساعت در ظرف دلخواه و در فریزر قرار دهید. پس از خارج کردن از فریزر به مدت ۱۵ الی ۲۰ دقیقه در دمای اتاق قرار داده و سپس میل کنید.

فرشته علیزاده

منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=129247>

 **vista.ir**
Online Classified Service

موس زنجبیل و کدو حلوایی

- مواد لازم برای شش نفر
 - نصف فنجان شکر
 - یک بسته ژلاتین
 - سه چهارم فنجان شیر بدون چربی
 - سه عدد زرده تخم مرغ زده شده
 - ۴۲۵ گرم پوره کدو حلوایی
 - یک قاشق چای خوری پودر زنجبیل
 - یک قاشق چای خوری وانیل
 - ۱۱۳ گرم خامه
 - سه عدد نان زنجبیلی (نصف شده)





• طرز تهیه

شکر و ژلاتین را در قابلمه با هم مخلوط کرده و شیر و زرده تخم مرغ را به آنها بیفزایید. سپس آن را روی حرارت ملایم قرار دهید تا ژلاتین حل شده و مخلوط حباب بزند. سپس آن را از روی حرارت برداشته و کدو حلواپی، زنجبیل و وانیل را به آن اضافه کنید و اجازه دهید تا ۳۰ دقیقه خنک شود. خامه را در مخلوط کن ریخته و سپس آن را در لیوان بریزید. آن را به

مدت پنج ساعت در یخچال قرار دهید تا خنک شود. هنگام سرو آن را به همراه نصف نان زنجبیل میل کنید.

نگار نجار

منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=130579>

 **vista.ir**
Online Classified Service

موس قهوه coffee mousse

• مواد لازم :

- زرده تخم مرغ ۴ عدد
- شکر ۲۵۰ گرم
- قهوه ۲۰ گرم
- خامه سفید مقداری

• طرز تهیه:

شیر را داخل ظرفی ریخته روی گاز با حرارت خیلی ملایم گرم میکنیم وقتی



ولرم شد قهوه را به آن اضافه میکنیم و مرتب هم میزنیم .سپس شکر را به آن افزوده و مجددا هم میزنیم..بهد زرده های تخم مرغ را با هم زن میزنیم و آرام آرام همراه با هم زدن به مایه روی اجاق اضافه میکنیم..آنقدر هم میزنیم که مایه مانند ماست چکیده سفت شود بعد آن را درون ظرف ریخته (ترجیحا ظرفهای کوچک مثل پیاله)و بعد داخل یخچال میگذاریم تا خنک شود.بعد روی آن را با خامه و گردو تزیین میکنیم.



<http://gourmand.blogfa.com/۸۶۱۰.aspx>

<http://vista.ir/?view=article&id=102246>

 **vista.ir**
Online Classified Service

موس کره بادام زمینی

- مواد لازم برای شش نفر
 - ربع فنجان شکر
 - یک قاشق غذاخوری نشاسته ذرت
 - ربع قاشق چایخوری نمک
 - یک فنجان شیر
 - ربع فنجان کره بادام زمینی
 - یک عدد زرده تخم مرغ
 - نصف قاشق چای خوری وانیل
 - یک فنجان خامه



▪ خرده شکلات (به دلخواه)

• طرز تهیه



شکر، نشاسته ذرت و نمک را در قابلمه ریخته و سپس شیر و کره بادام

زمینی را به آن اضافه کنید. قابلمه را روی حرارت ملایم قرار دهید تا کره بادام زمینی ذوب شده و مخلوط یکنواخت و غلیظ شود و پس از دو دقیقه به هم زدن قابلمه را از روی حرارت بردارید. به آرامی مخلوط بالا را به زرده تخم مرغ افزوده و سپس آن را مجدداً درون قابلمه ریخته و روی حرارت بگذارید تا بجوشد. سپس وانیل را به آن افزوده و مخلوط را در یک کاسه ریخته و در آن را با سلفون بپوشانید و کناری قرار دهید تا کاملاً خنک شود. در کاسه دیگری خامه را خوب بزنید تا سفت شود سپس آن را به مخلوط بالا اضافه کنید. سپس در صورت تمایل تکه های شکلات را به آن بیفزایید.

فرشته علیراده

منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=130022>

 **vista.ir**
Online Classified Service

موس نیمه تلخ

- مواد لازم برای هشت نفر
- ۲۲۷ گرم شکلات نیمه تلخ خرد شده
- دو عدد زرده تخم مرغ (زده شده)
- یک سوم فنجان شکر
- یک چهارم فنجان آب
- یک و نیم فنجان خامه
- خامه و شکلات (برای تزئین)



• طرز تهیه

در یک قابلمه کوچک، شکلات، زرده تخم مرغ، شکر، آب و نصف فنجان خامه را با هم مخلوط کرده و روی حرارت ملایم قرار دهید تا کناره های آن به جوش بیاید. سپس قابلمه را از روی حرارت برداشته و آن را در یک کاسه بزرگ خالی کرده و کاسه را در ظرف یخ قرار دهید و بگذارید برای مدت ۱۵ الی ۲۰



دقیقه بماند.

بقیه خامه را به آن اضافه کرده و بگذارید یک یا دو روز در یخچال بماند. سپس آن را در کاسه ریخته و با خامه و شکلات تزئین کرده و میل کنید.

سعید سپهری

منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=129674>

 **vista.ir**
Online Classified Service

میکادو

- مواد لازم: ۲۰۰ گرم شکلات
- ۲ قاشق سوپخوری پودر کاکائو
- ۴ قاشق سوپخوری شیر
- ۱۵۰ گرم کره
- یک چهارم قاشق چایخوری وانیل
- یک سوم پیمانه پر پودر شکر
- یک پیمانه پودر بادام



- یک پیمانه پر پودر بیسکویت
- چهار ورق نان میکادو.



• طرز تهیه:

- ۱) شکلات، کاکائو و شیر را با هم مخلوط کنید و روی بخار آب جوش قرار داده تا ذوب شود. بعد بگذارید تا کمی خنک شود.
- ۲) کره، پودرشکر و وانیل را با همزن برقی بزنید تا مایه صاف و یکدست و روشن شود. آنگاه مخلوط شکلات ذوب شده را به آن اضافه کنید و پس از مخلوط شدن، پودریادام و پودربیسکویت را اضافه و مخلوط کنید.
- ۳) کمی از مواد بدست آمده را روی نان میکادو بمالید و یک نان دیگر روی آن بگذارید و این کار را تکرار کنید و با دست روی نان ها را کمی فشار دهید و در یخچال قرار دهید.
- ۴) بعد از حدود یک ساعت، میکادو را برش بزنید.

منبع : روزنامه ابتکار

<http://vista.ir/?view=article&id=96880>



میوه های داغ

رایج ترین طریقه برای مصرف انواع میوه خوشمزه و رنگارنگ این فصل مصرف آنها به صورت خام است ولی بعضی ها به جهت داشتن مشکلات گوارشی نمی توانند از میوه های خام استفاده کرده و لاجرم به نوع کمپوت شده آنها به روش معمول بسنده می کنند حال آنکه برای پخت میوه ها و درست کردن دسرهای متفاوت و لذیذ از آنها روش های دیگری به جز پخت در آب و شکر نیز وجود دارد. به این ترتیب شمایی که از خوردن کمپوت های آماده و یا خانگی معمول دلزده شده اید، از دستور پخت های پیشنهادی به عنوان تنوع در مصرف میوه ها استفاده کنید. در ضمن این میوه های پخته شده دسرهای خوشمزه و سالمی برای هضم غذای مهمانان نیز



محسوب می شوند.

● سیب پخته در عسل و لیمو

مواد لازم برای چهار نفر:

۴ عدد سیب پخته شده ترجیحا سیب سبز

۱۵ میلی لیتر یا ۱ قاشق غذاخوری عسل

خلال پوست و آب ۳ عدد لیموترش

۲۵ گرم یا ۲ قاشق غذاخوری کره مارگارین کم چرب

ارزش غذایی:

انرژی ۷۱ کیلوکالری، چربی ۶۹۱ گرم، چربی اشباع شده ۳۷۰ گرم، کلسترول ۲۳۰ میلی گرم، فیبر ۹۳۱ گرم

*طرز تهیه: ۱ فر را بر روی دمای ۱۸۰ درجه سانتی گراد یا ۳۵۰ درجه فارنهایت مدتی گرم کنید. سپس به وسیله ابزار مخصوص میوه آرایی و یا چاقویی کوچک و نوک تیز قسمت مرکزی سیب ها را سوراخ کنید به صورتی که ته آن سوراخ نشود.

۲ با نوک پوست کن شیارهای عمودی بر روی پوست سیب ها ایجاد کنید.

۳ ظرف پیرکس و یا هر ظرف دیگری که قابلیت قرار دادن در فر را داشته باشد آماده کرده و سیب های توخالی را داخل آن بچینید.

۴ عسل، خلال لیمو و آب لیمو را با کره مارگارین در ظرف دیگری خوب با هم مخلوط کنید

۵مخلوط حاصل را با قاشق مرباخوری داخل فضای خالی سیب ها ریخته و در ظرف را گذاشته و یا برای پوشش سطح آنها از لایه های فویل آلومینیوم استفاده کنید.

۶ سیب ها را با همان درجه ذکر شده در فوق به مدت ۴۰ تا ۴۵ دقیقه و تا زمانی که سیب ها پخته شوند در فر قرار دهید.

توضیح: این دستور پخت در مایکروفر نیز عملی است. کافی است آن را با در مخصوص مدت ۹ الی ۱۰ دقیقه و با قدرت ۱۰۰ درصد در مایکروفر قرار دهید.

● گلابی های معطر

مواد لازم: ۳ عدد گلابی درسته پوست کنده

۴ عدد چوب دارچین

۴ عدد میخک

یک و یک دوم قاشق چایخوری دارچین پودر شده

یک و یک دوم قاشق چایخوری جوز هندی

دو قاشق غذاخوری کره

سه چهارم فنجان آب لیموترش

چهار قاشق غذاخوری شکر قهوه ای یا معمولی

•طرز تهیه: ۱ یکی از مهم ترین موارد که در مراحل پخت می بایست به آن توجه شود ارائه غذای خوشمزه با ظاهری زیبا و اشتهاآور است. بنابراین ابتدا گلابی های پوست کنده را به صورت عمودی به دو نیمه مساوی تقسیم کرده و پس از خارج کردن تخم های آن هر نیمه را بر روی تخته آشپزخانه قرار دهید. حال با چاقویی تیز و با حفظ فاصله ای حدود ۵۱ سانتی متر از قسمت بالای گلابی نزدیک به چوب آن، برش های عمودی با فواصلی یکسان از هم به روی هر نیمه گلابی ایجاد کنید. پس از پایان کار برش با کمی فشار بر روی سطح برش ها لایه ها از هم جدا شده و فرمی زیبا از گلابی پدید می آید.

۲ دیوارها و کف پیرکس مستطیل شکلی را با کره چرب کرده و سپس با دقت نیم گلابی های برش خورده را در کف ظرف بچینید.

۳ چوب های دارچین و همچنین دانه های میخک را در فواصل میان گلابی های داخل ظرف قرار دهید.

۴ پودرهای شکر، دارچین و جوز هندی را با هم مخلوط کرده و بر روی گلابی ها بپاشید.

۵ باقیمانده کره را به صورت مکعب های کوچک درآورده و بر روی گلابی ها قرار دهید. حال پیرکس حاوی گلابی ها را داخل فری که بر روی ۳۷۵ درجه سانتیگراد یا ۱۸۰ درجه فارنهایت گرم شده است به مدت ۲۰ الی ۲۵ دقیقه قرار دهید.

۶ پس از طی این مدت، ظرف گلابی ها را خارج کرده و پس از اضافه کردن آب لیموترش بر روی سطح آنها دوباره به مدت ۵ دقیقه در فر قرار داده تا پخت کامل شود. در پایان آن را به همراه خامه سرو کنید.

•موز پخته

مواد لازم: ۶ عدد موز

۴ قاشق غذاخوری شکر قهوه ای یا معمولی

۱ قاشق چایخوری دارچین

۱ قاشق چایخوری پودر زنجبیل

سه چهارم فنجان آب لیمو ترش

۱ قاشق غذاخوری کره آب شده

۵۰ گرم کره

•طرز تهیه: ۱ ابتدا کف و دیواره های ظرف مستطیل شکل مخصوص فر را با کره آب شده خوب چرب کرده و سپس موزهای پوست کنده شده را به صورت درسته در کنار هم داخل ظرف بچینید.

۲ شکر، دارچین و پودر زنجبیل را با هم مخلوط کرده و بر روی موزها بپاشید.

به این پودرها آب لیمو ترش را نیز اضافه کنید.

۳ بقیه کره را به صورت مکعب های کوچکی بریده و بر روی سطح هر موز دو تکه کره قرار دهید حال موزها را در داخل فر که پیش از این بر روی ۳۷۵ درجه سانتیگراد و یا ۱۹۰ درجه فارنهایت گرم شده است به مدت ۲۰ دقیقه قرار دهید تا پخته شوند. در پایان این مدت موزها را به صورت گرم به همراه بستنی و یا خامه سرو کنید.

• نیم هلوهای خوش طعم

مواد لازم برای ۶ نفر:

۴۰ گرم یا ۳ قاشق غذاخوری کره

۶ عدد هلوی هم اندازه

۱۲ عدد میخک

۹۰ گرم یا یک دوم فنجان شکر

۱ قاشق چایخوری وانیل

مغز پسته و برگ نعناع برای تزئین

*طرز تهیه: ۱ فر را بر روی دمای ۱۸۰ درجه سانتیگراد ۳۵۰ درجه فارنهایت گرم کنید. هلوها را با چاقو به دو نیم تقسیم کرده و هسته های آنها را خارج کنید.

۲ ظرف مخصوص فر را با کمی کره چرب کرده و سپس نیم هلوها را به صورتی در داخل ظرف قرار دهید که سطح برش خورده به سمت بالا باشد حال در داخل هر یک از نیمه ها یک عدد میخک فرو کنید.

۳ بر روی هر یک از نیمه ها یک تکه کره نیز قرار دهید. سپس وانیل را با شکر مخلوط کرده و بر روی سطح هلوها بپاشید. ظرف حاوی هلوها را به مدت ۳۰ دقیقه و یا تا زمان پخت کامل، داخل فر قرار دهید.

این دسر را می توانید به صورت داغ و یا سرد به همراه خامه زده شده، خلال پسته و برگ نعناع سرو کنید.

الهام اسمعیلی

منبع : روزنامه شرق

<http://vista.ir/?view=article&id=17151>



میوه های کارملایز شده

• مواد لازم :

شکر: يك دوم پيمانه

آب : ۵ قاشق سوپخوری

آب گرم : مقداری

انواع میوه از جمله انگور، توت فرنگی ، گیللاس

و...: دو پیمانه

• طرز تهیه :

در ظرفی شکر و آب را با هم مخلوط کرده و روی حرارت ملایم قرار دهید و آن را هم بزنید تا این که شکر حل شود و به جوش آید. زمانی که به جوش آمد دیگر آن را هم نزنید تا مخلوط به رنگ کارامل کم رنگ درآید، آن گاه آن را بلافاصله از روی حرارت بردارید. سپس ظرف را داخل کاسه آب گرم قرار دهید، میوه ها را به طور جداگانه در کارامل زده ، بعد بروی صافی فلزی چرب شده قرار دهید تا سرد و سفت شود، میوه ها باید تا ۲۴ ساعت در جای خشک و خنک بماند (تذکر: توجه داشته باشید در یخچال قرار ندهید).



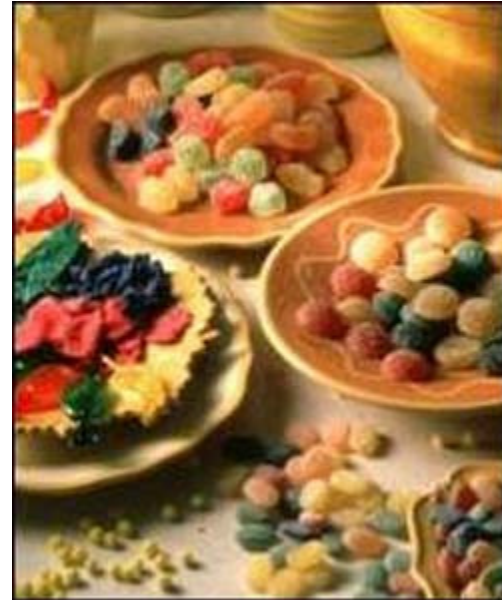
ساناز مینایی

منبع : خانواده سبز

<http://vista.ir/?view=article&id=17261>

 **vista.ir**
Online Classified Service

میوه های کریستالی شده



روش کریستالیزه کردن میوه، یکی از راههای نگهداری میوه در دوران گذشته بوده است و امروزه این میوه‌ها به عنوان شیرینی‌های بسیار لوکس و گران قیمت در بازار عرضه میشوند. در حال حاضر قیمت ۲۵۰ گرم آن ۸,۵ یورو است که چیزی حدود ۵-۶ عدد میوه خواهد بود. روش سنتی بعضی از این کارخانه‌ها بسیار مفصل و طولانی است که طبعاً دلیل موجهی برای گران قیمت بودن این محصول است. یکی از این تولید کنندگان کارخانه mademoiselle mela است که روش کار خود را این طور توضیح داده است:

تولید میوه کریستالیزه کاری ظریف و وقت‌گیر است، میوه‌ها یک به یک با ابزار ظریفی سوراخ میشوند تا کاملاً قند را جذب کنند و سپس به مدت یک سال در شربت قند خوابانده میشوند. در طول این مدت شربت دهها بار عوض میشود تا میوه کاملاً آب خود را از دست داده و شکر را جایگزین آن کند. سپس میوه‌ها از شربت خارج شده و با دقت در محل مناسب خشک میشوند. این میوه‌ها تا یک سال قابل نگهداری هستند. در ضمن تمام این مراحل از روی دستورالعمل اجدادی این کارخانه انجام میشود. اما شما میتوانید میوه‌های قندی را در منزل و در مدت بسیار کوتاه‌تری تهیه کنید. سپس با

قراردادن میوه‌های قندی در بین کاغذ پوستی و نگهداری آن در جعبه‌های فلزی در دار (مانند جعبه شکلات یا بیسکویت) می‌توانید مدت بیشتری آنها را نگهداری کنید.

• روش کریستالیزه کردن میوه (میوه‌های قندی) در منزل

▪ مواد لازم :

۱/۲ فنجان آب

۲ فنجان شکر

نیم کیلو میوه آماده برای کریستالیزه شدن

برای این کار میتوانید از انواع میوه‌های تازه به صورت کامل یا خرد شده استفاده کنید. مرکبات مانند لیمو و پرتقال را میتوانید با پوست حلقه حلقه کنید یا تنها از پوست خرد شده آنها استفاده کنید. آلو، انجیر، انگور، گیلان، زردآلو و انواع میوه‌های کوچک درسته یا میوه‌های درشت خرد شده، برای اینکار مناسب هستند.

▪ روش تهیه

ابتدا شکر را در آب حل کرده و میجوشانیم تا زمانی که درجه حرارت شربت به ۲۲۳ درجه فارنهایت یا ۱۰۶ درجه سلسیوس برسد، در این درجه، شربت آماده است. آنرا از روی آتش بردارید و بگذارید کاملاً سرد شود. در این فاصله میوه‌ها را با فاصله از یکدیگر در ظرف مناسب بچینید. توجه کنید که میوه‌ها نباید به یکدیگر بچسبند. شربت سرد شده را به آرامی روی میوه‌ها بریزید تا کاملاً روی آنها را بپوشاند. هنگامی که تمام مواد با

شریت پوشیده شد، روی ظرف را با یک پارچه نمدار بپوشانید و ظرف را بدون حرکت در محل مناسبی قرار دهید. این ترکیب باید حدود ۹ ساعت با بیشتر باقی بماند تا شریت کاملاً جذب میوه‌ها شود. پس از این مدت محتوی ظرف را به آرامی در یک آبکش خالی کنید و بگذارید میوه‌ها کاملاً خشک شوند. این بخش کار هم حدود ۵-۶ ساعت طول خواهد کشید. میوه‌های خشک شده با پوشش نازکی از کریستال قند پوشیده خواهند شد و میتوانید آنها را در ظرف مناسبی چیده و استفاده کنید.

منبع : سایت فریا

<http://vista.ir/?view=article&id=9332>

 **vista.ir**
Online Classified Service

نان نخودچی

• مواد لازم :

• آرد نخودچی نرم :: ۳ پیمانه (معادل ۶۰۰ گرم)

• پودر شکر :: ۱۵۰ گرم

• روغن جامد :: دو قاشق چایخوری

• هل کوبیده و خلال پسته :: مقداری

• طرز تهیه :

پودر شکر و روغن را با همزن برقی می زنیم تا بصورت کرم درآید. هل و آرد نخودچی را هم در مایع ریخته و خوب ورز می دهیم تا خمیر چسبندگی پیدا کند. اگر خمیر چسبندگی پیدا نکرد میتوانید یکبار آنرا از چرخ گوشت رد کنید سپس خمیر را در کیسه نایلونی ریخته و میگذاریم به مدت بیست و چهار ساعت بماند این خمیر هرچه بیشتر بماند نتیجه کار بهتر خواهد شد خمیر را



روی سطحی صاف به قطر يك سانتی متر پهن کرده و با قالب مخصوص نان نخودچی قالب می زنیم بعد روی قالبها خلال پسته یا پودر پسته می

ریزیم و آنها را در سینی می چینیم. سینی شیرینی را درون پنجره وسط فر قرار می دهیم که با حرارت ۳۷۵ درجه فارنهایت گرم شده به مدت پانزده الی بیست دقیقه قرار می دهیم. وقتی نان نخودچیها را از فر در می آوریم چون نرم است باید هفت الی هشت ساعت در محلی خنک بماند بعداً آنها را از درون سینی برداشته و در ظرف مورد نظر می چینیم .

<http://vista.ir/?view=article&id=72738>



ناگت شکلات

- مواد لازم
 - نصف فنجان روغن کانولا
 - ۳۰۰ گرم شکلات تلخ
 - دو فنجان شکر
 - چهار عدد تخم مرغ
 - دو قاشق مرباخوری وانیل
 - دو فنجان آرد
 - دو قاشق مرباخوری بیکینگ پودر
- طرز تهیه

در یک ظرف شیشه ای روغن و شکلات را ریخته، هم بزنید و روی حرارت ملایم اجاق گاز قرار دهید تا زمانی که شکلات ذوب و بخوبی با روغن مخلوط شود و منتظر بمانید. مواد درون ظرف را پس از سرد شدن در مخلوط کن ریخته، شکر، تخم مرغ و وانیل را به آن افزوده و تا زمانی که مخلوطی



یکنواخت به دست آید، صبر کنید.

سپس آرد و بکینگ پودر را به آن افزوده و اجازه دهید تا مواد به مدت ۳۰ ثانیه مخلوط شوند. مواد را برای مدت هفت تا ۹ ساعت در یخچال بگذارید، سپس آن را در قالب مخصوص ریخته و به مدت ۱۰ تا ۱۲ دقیقه در فر با درجه حرارت ۱۸۰ درجه سانتی گراد قرار دهید و پس از سرد شدن میل کنید.

ملیحه قریشی

منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=131178>



ناگفتنی های شیرینی پزی

رعایت برخی نکات ریز و به ظاهر جزئی می تواند موفقیت شما را در پخت شیرینی و یا کیک بی عیب و نقص و خوشمزه تضمین کند. در اینجا به بعضی از این نکته های کوچک اما مفید اشاره می کنیم.

- برای به دست آوردن نتیجه مطلوب پیش از هر چیز مواد مورد نیاز در طبخ کیک یا شیرینی را دقیقاً اندازه گیری کرده و آماده کنید. همچنین به اندازه قالب های ذکر شده در دستور پخت کیک نیز توجه کنید.

- حتماً فر را مدتی قبل از قرار دادن قالب محتوی مایه کیک در آن روشن کنید و بگذارید خوب گرم شود. در غیر این صورت کیک شما به اندازه کافی پف نمی کند و به اصطلاح خمیر می شود. همچنین به خاطر داشته باشید زمان طبخ داده شده در دستورهای طبخ کیک و شیرینی برای فر گرم شده ذکر شده اند.

- اغلب برای جلوگیری از چسبیدن کیک در قالب داخل آن را چرب می کنیم و یا کمی آرد در آن می





پاشیم. اما بهترین راه برای این منظور استفاده از کاغذ روغنی است. يك قطعه از این کاغذها را به

اندازه قالب مورد نظر ببرید و در کف قالب قرار دهید سپس سطح روی کاغذ و دیواره های قالب را کمی چرب کنید. پس از پخت كيك ابتدا دیواره ها را با استفاده از يك كارد از كيك جدا کنید و سپس كيك را برگردانید تا به راحتی از قالب خارج شود. حالا می توانید کاغذ روغنی را از زیر كيك جدا کنید.

- اگر كيك شما تنها از يك طرف پف کند به این معنی است که اجاق فر شما نسبت به سطح زمین تراز نیست و یا طبقه ای که در فر كيك بر روی آن قرار داشته تراز نیست.

- برای اینکه كيك پس از پخت بخار نکرده و خمیر نشود آن را پس از خارج کردن از قالب بر روی يك شبکه سیمی سرد کنید تا از همه طرف در معرض هوا بوده و سرد شود.

- در پخت كيك ها تازگی تخم مرغ اهمیت زیادی دارد. برای تشخیص تازگی تخم مرغ آن را در يك لیوان آب قرار دهید. اگر تخم مرغ در ته لیوان بماند بسیار تازه است. اگر در وسط ارتفاع لیوان شناور شود نسبتاً تازه است و اگر در سطح آب شناور شود به این معنی است که تخم مرغ مدت زیادی مانده است و برای تهیه كيك مناسب نیست.

- هنگام افزودن مواد خشك كيك به مخلوط تخم مرغ و شكر از يك قاشق فلزی استفاده کنید و آن را با سرعت حرکت دهید به صورتی که در مخلوط عدد ۸ انگلیسی رسم شود.

- هنگامی که سفیده تخم مرغ را برای سفت و سفید شدن هم می زنید تمیزی ظرف و همزن و عاری بودن آنها از چربی بسیار مهم است، زیرا چنانچه این وسایل به کمترین میزان چربی آلوده باشند سفیده تخم مرغ خوب کف نمی کند. برای اطمینان می توانید يك برش لیمو ترش را در سطح داخلی ظرف بکشید تا چربی های احتمالی را از بین ببرد.

- هنگامی که از قالب های كوچك متعدد برای پخت كيك یا شیرینی استفاده می کنید برای تسهیل کار جابه جایی آنها به داخل و یا خارج از فر آنها را در يك قالب رولت یا سینی و از جنس ورق گالوانیزه بچینید و سپس در فر قرار دهید.

- برای جلوگیری از تغییر رنگ میوه هایی مانند سیب و گلابی که به صورت خرد شده در تزئین كيك ها و شیرینی ها به کار می روند آنها را با يك كارد استیل ببرید و سپس قطعات میوه بریده شده را به آبلیمو آغشته کنید تا تغییر رنگ نداده و قهوه ای نشوند.

- برای تهیه براده های شکلات از يك پوست کن سبزیجات استفاده کنید. از يك قطعه شکلات قطور با پوست کن لایه هایی جدا کنید. لایه های شکلات به دلیل نازکی لوله می شوند و به شکل براده های كوچك و بزرگ درمی آیند.

- برای تزئین انواع كيك و شیرینی می توانید از پودر نارگیل رنگی استفاده کنید. برای رنگ کردن پودر نارگیل مقدار مورد نظر از آن را در يك ظرف گود بریزید و چند قطره زعفران حل شده در آب یا يك تا دو قطره رنگ خوراکی بر روی آن بریزید و با قاشق خوب مخلوط کنید تا پودر نارگیل کاملاً رنگ بگیرد.

- اگر بر روی سطح شکلات هاله ای سفید رنگ ایجاد شده است نگران نشوید، شکلات شما هنوز قابل استفاده است و این لایه سفید رنگ بر اثر قرار گرفتن شکلات در دماهای مختلف و بالا آمدن کره آن به سطح شکلات ایجاد شده است و شکلات در صورتی که از تاریخ مصرف آن نگذشته

باشد قابل استفاده است.

منبع : روزنامه شرق

<http://vista.ir/?view=article&id=5230>



نان بادامی

• مواد لازم:

- آرد=۲۵۰ گرم
- روغن جامد=۱۵۰ گرم (و یا کره ۲۰۰ گرم)
- زرده تخم مرغ=۱ عدد
- پودر بادام=۱۲۵ گرم
- وانیل=۴/۱ قاشق مرباخوری
- پودر قند=۱۵۰ گرم
- سفیده تخم مرغ=۱ عدد

• طرز تهیه:

روغن جامد، پودر قند، وانیل و زرده تخم مرغ را در کاسه ای بریزید و بزنید تا کرم لطیفی بدست آید؛ آرد را روی مایه الک کنید و با قاشق هم بزنید سپس با دست مالش دهید تا به شکل خمیر درآید. پودر بادام را اضافه کنید و ورز دهید تا خمیری نرم و یکنواخت بدست آید. خمیر را در کیسه پلاستیکی



بریزید و در آن را ببندید و بگذارید به مدت ۴ تا ۵ ساعت استراحت کند. سینی شیرینی پزی را چرب کنید. فر را با حرارت ۱۸۰ درجه سانتیگراد روشن کنید. خمیر را با وردنه به ضخامت نیم سانتیمتر روی میز پهن کنید. با هر نوع قالب که دوست دارید خمیر را قالب بزنید و درون سینی

شیرینی پزی بچینید. با قلم مو ،سفیده تخم مرغ را روی نانها بمالید و یک نیمه بادام روی آنها بگذارید(می توانید خلال بادام بگذارید)سینی شیرینی پزی را روی سومین طبقه از فر که ۱۵ دقیقه قبل روشن کرده اید به مدت ۱۵ دقیقه قرار دهید. پس از ۱۵ دقیقه شیرینی ها را که طلایی شده اند از فر بیرون بیاورید و پس از سرد شدن در ظرف بچینید.

منبع : آشپزآنلاین

<http://vista.ir/?view=article&id=80811>



نان برنجی

مواد لازم:

نیم کیلو آرد برنج نرم که چند بار الک شده باشد

۲۵۰ گرم روغن جامد

۱۷۵ گرم پودر قند نرم

یک سوم پیمانه گلاب

یک عدد تخم مرغ



کمی هل کوبیده

پودر قند، روغن جامد و زرده تخم مرغ را با هم مخلوط کرده و خوب با همزن می زنیم تا کاملاً نرم و لطیف شود. سفیده تخم مرغ را جداگانه با همزن می زنیم تا سفت و سفید شده از طرف نریزد سپس آن را به مخلوط زرده و پودر قند و روغن افزوده و گلاب را نیز اضافه می کنیم. پس از مخلوط شدن مواد آرد برنج را اضافه می کنیم. خمیر را در یک کیسه نایلونی می ریزیم و می گذاریم دو ساعت بماند. یک ورق کاغذ روغنی را روی سطح صافی قرار داده خمیر را بر روی آن می گذاریم. یک عدد کاغذ روغنی را نیز روی خمیر می گذاریم و سپس خمیر را در زیر کاغذ با وردنه به قطر نیم سانتی متر باز می کنیم. سپس خمیر را با قالب های دلخواه شکل داده می بریم. معمولاً شیرینی برنجی را به صورت شیرینی های گرد کوچک که با قالب های چوبی مخصوص نقش گل گرفته اند درست می کنند. در صورتی که بخواهید بدون قالب شیرینی برنجی را تهیه کنید می

توانید خمیر را به صورت گلوله های کوچکی فرم دهید و سپس در دست کمی آن را پهن کرده و با یک شیء استوانه ای روی آن نقش بیندازید. یک برگ کاغذ روغنی در یک سینی فر قرار دهید و شیرینی ها را در سینی بچینید. روی شیرینی ها را با کمی پودر پسته یا سیاه دانه بپارید و آنها را به مدت یک ربع تا ۲۰ دقیقه در فر با درجه حرارت ۱۵۰ درجه سانتیگراد یا ۳۰۰ درجه فارنهایت بپزید.

منبع : روزنامه شرق

<http://vista.ir/?view=article&id=10850>

 **vista.ir**
Online Classified Service

نان برنجی

• مواد لازم (برای ۴ نفر)

- آرد برنج ۵۰۰ گرم
- پودر شکر ۲۰۰ گرم
- روغن ۲۵۰ گرم
- گلاب ۲/۱ پیمانه
- تخم مرغ کوچک ۲ عدد

• طرز تهیه

شکر و روغن و زرده های تخم مرغ را با هم خوب مخلوط می کنیم تا زمانیکه یکدست شوند. سفیده های آنرا جدا در ظرفی می زنیم تا سفت شوند. سپس گلاب و آرد و سفیده های زده شده را هم به مایه اضافه می کنیم و خوب بهم می زنیم . این مایه را در ظرفی پلاستیکی می ریزیم و برای ۲۴ ساعت در یخچال قرار می دهیم . سپس خمیر را در یک ظرف مسطح نجسب به قطر نیم سانتی متر پهن می کنیم و با چاقوی شیرینی پزی آنرا



به تکه های کوچک می بریم و می گذاریم در فر با دمای ۳۰۰ درجه فارنهایت برای ۵ تا ۲۰ دقیقه بپزد . رنگ آن نباید زیاد تغییر کند

منبع : آشپزباشی

<http://vista.ir/?view=article&id=77858>



نان پنجره‌ای

نان پنجره‌ای یکی از شیرینی‌های قدیمی ایرانی است و با توجه به اینکه پخت آن مانند دیگر شیرینی‌ها نیاز چندانی به مهارت ندارد، اغلب خانم‌های ایرانی لااقل یک بار پختن این نوع شیرینی را امتحان کرده‌اند. شما هم به جای خرید شیرینی برای مهمانی شب یلدا، خودتان برای پخت نان یا شیرینی پنجره‌ای دست به کار شوید.

• مواد لازم:

- آرد سفید گندم، ۱۰۰ گرم
- تخم‌مرغ، ۶ عدد
- پودر نشاسته، ۱۰۰ گرم
- گلاب، ۴ تا ۵ قاشق سوپ‌خوری



▪ روغن به مقدار لازم برای سرخ کردن

▪ مقداری خاک قند

• طرز تهیه:

ابتدا کاسه بلوری‌ای آماده کرده و پودر نشاسته را داخل آن بریزید، سپس کم‌کم گلاب را به نشاسته اضافه کنید تا گلوله گلوله نشود.

پس از اینکه نشاسته به صورت خمیر درآمد، تخم‌مرغ‌ها را بشکنید و به آن بیفزایید و با قاشق، خوب مواد را با هم مخلوط کنید.

آخرین ماده مورد نیاز این شیرینی آرد است؛ ابتدا آن را خوب الک کرده، سپس به مواد افزوده و هم بزنید. به این ترتیب مایه شیرینی آماده می‌شود.

با توجه به اینکه برای پخت این شیرینی نیاز به روغن زیادی است، کاسه فلزی گودی در اندازه متوسط آماده کرده و از روغن پر کنید، سپس روی شعله اجاق گاز قرار دهید تا داغ شود.

پس از اینکه روغن داغ شد، قالب مخصوص شیرینی‌پزی را داخل روغن داغ قرار دهید تا آن هم داغ شود. بعد دسته قالب را گرفته و آن را در مایه به اندازه‌ای فرو کنید که مایه تنها تا یک میلی‌متر مانده به لبه قالب را دربر بگیرد؛ پس از آن، بلافاصله قالب را داخل روغن داغ روی شعله ملایم قرار دهید و به محض اینکه شیرینی خودش را گرفت، قالب را کمی تکان دهید تا به راحتی جدا شده و در روغن سرخ شود. بقیه مایه را نیز با قالب‌های مختلف برداشته و سرخ کنید.

پس از اینکه شیرینی‌ها آماده شد، آنها را در ظرف مورد نظر بچینید و خاک قند را روی آن بپاشید.

▪ نکته: بعضی‌ها به جای آنکه خاک قند را به تنهایی روی شیرینی بپاشند، آن را با مقداری مغز پسته آسیاب شده و هل کوبیده مخلوط کرده و روی نان پنجره‌ای می‌ریزند.

منبع : همشهری آنلاین

<http://vista.ir/?view=article&id=101008>

 **vista.ir**
Online Classified Service

نان جو شیرین

- مواد لازم
 - دو فنجان جو پوست کنده
 - سه فنجان دوغ
 - سه عدد تخم مرغ
 - نصف فنجان آرد



- یک قاشق مرباخوری بیکینگ پودر
- کمی نمک
- یک قاشق مرباخوری کره بادام زمینی



- کره یا روغن
- کمی توت فرنگی یا انگور
- دو قاشق مرباخوری شکر
- کمی شربت
- شکر
- طرز تهیه

جو را پس از شستن در یک ظرف ریخته و دوغ را روی آن بریزید و برای یک شب بگذارید جو در دوغ خیس بخورد. در ظرفی تخم مرغ را با آرد و بیکینگ پودر، نمک و کره بادام زمینی به خوبی مخلوط کنید. سپس جو را که در دوغ خیس خورده به این مخلوط اضافه کنید و سپس سینی فر را چرب کرده و از این مخلوط به اندازه کنتل روی سینی قرار دهید. پس از چند دقیقه که نان ها پخت، شکر را با شربت به خوبی مخلوط کنید. سه یا چهار عدد از نان های پخته را روی هم قرار داده و از شربت روی آن بریزید و با میوه تزئین کنید.

مریم سعادت

منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=125244>

 **vista.ir**
Online Classified Service

نان خامه ای

• مواد لازم:





آب: يك دوم پيمانه (۲۵۰ میلی لیتر)
کره یا روغن: يك سوم پيمانه (۵۰ گرم)
آرد گندم: يك و نیم پيمانه (۱۵۰ گرم)
نشاسته پودر شده: يك سوم پيمانه (۳۰ گرم)
تخم مرغ: ۴ تا ۱۶ عدد
بيکینگ پودر: يك قاشق چایخوری

● طرز تهیه: برای تهیه خمیر، آب را با کره یا روغن در قابلمه استیل جوش آورید، آرد گندم و نشاسته را با یکدیگر مخلوط و الک کنید و به یک باره به داخل آب جوش بریزید. آن را به هم بزنید تا یک دست شود، سپس مخلوط را به مدت پنج دقیقه روی حرارت خوب به هم بزنید. پس از آن، آن را از روی حرارت بردارید، کمی خنک شود و پس از خنک شدن در ظرفی بریزید و به تدریج تخم مرغها را به آن افزوده و مرتب با همزن با درجه تند به هم بزنید، تا خمیر درخشانی به دست آید به طوری که به راحتی از قاشق جدا گردد، بیکینگ پودر را نیز به خمیر که دیگر خنک شده است اضافه کنید، حال باید این کارها را انجام دهیم، سپس مواد را در قیف که سر ماسوره آن شکوفه است می‌ریزیم سپس با فاصله روی سینی چرب شده مدل می‌دهیم و در فر که با حرارت ۴۵۰ درجه فارنهایت گرم شده روی پنجره وسط برای ۱۵ دقیقه قرار دهید سپس درجه فر را کم کرده روی ۳۵۰ درجه فارنهایت به مدت ۲۵ دقیقه دیگر بپزید تا نانها طلایی شوند و پف کنند بعد سینی را از فر خارج کرده پس از خنک شدن شیرینی را دو نیم کرده و قسمت گرد را از خامه شیرین شده پر کنید و کلاهِک را روبش بگذارید. در صورتی که داخل شیرینی کاملاً پخته نشده باشد دوباره شیرینی نصف شده را در پنجره بالای فر قرار دهید تا پخته شود. برای سر قو مطابق تصویر از خمیر بالا و از ماسوره کوچکتر استفاده کنید. نان خامه ای را دو قسمت کرده و یک قسمت را خامه بریزیم و قسمت دیگر را دو نیم کرده برای بال ها استفاده می‌کنیم و سر قو را پس از پخت روی آن قرار می‌دهیم. شما می‌توانید مطابق اشکالی که مشاهده می‌کنید این خمیر را به شکل‌های مختلف درآورده و برای مصارف مختلف استفاده کنید. مانند بزرگ آن برای ظرف کرم، سوپ و ظرف سالاد و اندازه کوچک آن برای اردور می‌توان استفاده کرد.

● نکاتی در مورد خمیر پفی:

نکته مهم این خمیر این است که مواد خشک را یک دفعه به آب و روغن که روی حرارت است اضافه کنید. نکته دوم برای پخت این خمیر این است که اگر خمیر را در قیف ریخته و شل بود و فرم نگرفت معلوم است روی حرارت به میزان لازم نمانده که آب آن تبخیر شود و اگر زیادی سفت شود خمیر پف لازم را نمی‌کند.

منبع : خانواده سبز

<http://vista.ir/?view=article&id=12795>

نان خامه ای

•مواد لازم :

•آرد :: ۲۰۰ گرم

•تخم مرغ :: ۴-۵ عدد

•روغن :: ۲ قاشق سوپخوری

•آب :: يك و يك دوم فنجان

•شکر :: يك قاشق سوپخوری

•وانیل :: يك دوم قاشق چایخوری

•نمک :: يك دوم قاشق چایخوری

•پودر قند :: دو سوم فنجان

•خامه :: ۲۵۰ گرم



•طرز تهیه:

آب، نمک، شکر و روغن را در قابلمه کوچکی ریخته و آن را روی حرارت ملایم اجاق قرار می دهیم تا جوش بیاید. سپس آرد را یکدفعه در آب در حال جوش می ریزیم و با قاشق چوبی مرتب به هم می زنیم تا خمیر به صورت توپی در وسط ظرف قرار گیرد. بعد آن را از روی حرارت بر می داریم و خمیر را به دیواره ظرف می چسبانیم تا کمی خنک شود . خمیر را در ظرف بزرگتری ریخته و تخم مرغ ها را به تدریج اضافه می کنیم و خوب به هم می زنیم تا خمیر نرم و لطیفی به دست آید.

سینی فر را چرب کرده و خمیر را در قیف ماسوره دار نسبتاً بزرگی می ریزیم و خمیر را به شکل گرد بزرگ یا کوچک در سینی قرار می دهیم و آن را در طبقه بالای پنجره فر با درجه حرارت ۴۰۰ درجه به مدت ۳۰-۲۵ دقیقه قرار می دهیم تا نان ها پف کرده و طلایی شوند. خامه را با وانیل و پودر قند آماده می کنیم و پس از خنک شدن نانها درون آنها را به وسیله قیف پر می کنیم.

نان خامه ای با سس شکلات

این نان های کوچک پر شده با خامه که با سس شکلاتی روکش شده اند شیرینی مورد علاقه بچه ها و بزرگسالان هستند. آنها را با حوصله و سر فرصت تهیه کنید و با اعضای خانواده از خوردنشان لذت ببرید.

• مواد لازم؛

- ۶۰ گرم آرد سفید
 - ۱ قاشق چایخوری پودر قند
 - ۵۰ گرم کره
 - ۲ عدد تخم مرغ درشت
 - برای داخل نان خامه ای؛
 - ۲۰۰ گرم خامه
 - ۲ قاشق سوپخوری پودر قند
 - برای سس شکلات؛
 - ۱۷۵ گرم شکلات ساده
- طرز تهیه؛

فر را با حرارت ۲۰۰ درجه سانتیگراد روشن کنید تا گرم شود. سینی فر را با کمی روغن چرب و آماده کنید.

۱۵۰ میلی لیتر آب سرد را همراه با کره در ظرف مناسبی بریزید و روی حرارت متوسط اجاق گاز قرار داده، مرتب هم بزنید تا کره کاملاً ذوب شود. وقتی کره ذوب شد بلافاصله اجاق را خاموش کنید زیرا جوشیدن بیش از



اندازه آب موجب تیخیر آن و کم شدن حجم آب می شود. آرد و پودر قند را از قبل مخلوط و آماده کنید و یک باره آن را در آب جوش حاوی کره بریزید در حالی که با دست دیگر مرتب مخلوط را هم می زنید. به هم زدن ادامه بدهید تا خمیر سفت شده و به صورت یک گلوله درآید، به طوری که چیزی از آن چسبیده به دیواره ظرف باقی نماند. برای هم زدن این خمیر از همزن برقی هم می توانید استفاده کنید تا در مصرف انرژی صرفه جویی شود. تخم مرغ ها را در ظرفی بشکنید و هم بزنید، سپس مقداری از آن را با خمیر مخلوط کنید. وقتی مخلوط یکنواخت شد مقدار بیشتری از تخم مرغ را اضافه کنید و دوباره ورز دهید تا همه تخم مرغ به این ترتیب به خمیر افزوده شود و آن را به خمیری یکنواخت و نرم تبدیل کند. مقداری آب در سینی فر بریزید و سپس آن را خالی کنید تا سطح روی سینی مرطوب شود و به این ترتیب هنگام پخت شیرینی ها در فر این آب تبخیر شده و محیط داخل فر را اندکی مرطوب می کند و موجب پف کردن شیرینی می شود.

مقادیری به اندازه یک قاشق از خمیر را برداشته و به صورت کروی فرم بدهید و با فاصله ۵/۲ سانتی متر از یکدیگر روی سینی فر بچینید. اگر می خواهید شیرینی ها ریز و مینیاتوری باشند از قاشق مرباخوری استفاده کنید.

سینی فر را به مدت ۱۰ تا ۱۵ دقیقه در فر قرار دهید. سپس حرارت فر را به ۲۵۰ درجه سانتیگراد افزایش دهید و بگذارید حدود ۱۰ تا ۱۵ دقیقه دیگر در فر بپزند تا طلایی شوند. سینی فر را بیرون بیاورید و با نوک یک کارد تیز شیرینی ها را از کنار سوراخ کنید تا بخار حبس شده در آنها خارج شود. سپس چند دقیقه دیگر شیرینی را در فر قرار دهید و بعد روی شبکه سیمی سرد کنید.

خامه را با همزن برقی کمی بزنید تا اندکی فرم بگیرد سپس پودر قند را افزوده و دوباره بزنید تا پودر قند در آن حل شده و خامه فرم بگیرد. آن را در یخچال قرار دهید.

شکلات را خرد کرده در یک ظرف کوچک بریزید و آن را در ظرف بزرگتری محتوی آب جوش قرار دهید. شکلات را هم بزنید تا ذوب شود. وقتی شیرینی ها کاملاً سرد شدند آنها را از وسط به دو نیم تقسیم کنید. مقداری خامه در میان دو نیمه شیرینی بریزید و با سس شکلات آن را تزئین و سرو کنید.

منبع : روزنامه شرق

<http://vista.ir/?view=article&id=84747>



نان سوخاری شیرین



سوخاری شیرین نوعی شیرینی است که به لحاظ طعم بسیار شبیه به زولبیا و بامیه است ولی روش پختی ساده و سریع دارد. این شیرینی در ماه رمضان در مناطق سردسیر شمال کشور و خطه آذربایجان پخته می‌شود. علاوه بر این، سوخاری شیرین می‌تواند صبحانه‌ای مقوی و لذیذ برای بچه‌ها باشد.

- مواد لازم برای ۸ نفر:
 - نان سوخاری ۲۰۰ گرم
 - کره ۲۵۰ گرم
 - آب یک پیمانه
 - شکر نصف پیمانه
 - زعفران ساییده شده یک قاشق چای‌خوری سرپر
- توضیح: نان سوخاری را می‌توانید به صورت بسته‌ای یا باز و کیلویی از سوپرمارکت‌ها و محل فروش نان‌های فانتزی تهیه کنید.

• طرز تهیه:

تابه بزرگی آماده کنید و کره را داخل آن بریزید. تابه را روی شعله ملایم اجاق گاز قرار دهید و صبر کنید تا کره آب شود. حالا نان‌های سوخاری را تک‌تک داخل کره قرار دهید و بگذارید تا یک طرف آنها سرخ شده و طلایی‌رنگ شود. پس از آنکه یک طرف نان‌های سوخاری سرخ شد، آنها را برگردانید و بگذارید طرف دیگرشان نیز طلایی‌رنگ شود. وقتی مرحله سرخ کردن سوخاری‌ها در کره به پایان رسید، آنها را در ظرف دیگری بگذارید و مشغول درست کردن شیره شوید.

• طرز تهیه شیره: یک قابلمه متوسط را آماده کنید و یک پیمانه آب را همراه شکر داخل آن بریزید و قابلمه را روی شعله ملایم اجاق گاز قرار دهید تا در اثر حرارت، شکر کم‌کم در آب حل شود. سپس زعفران ساییده شده - که در یک‌چهارم پیمانه آب جوشیده حل کرده بودید- را به آن اضافه کنید و بگذارید تا این محلول به جوش آمده و قوام آید.

پس از اینکه این شربت یا همان شیره قوام آمد، با توجه به اندازه قابلمه، چند عدد نان سوخاری سرخ شده را داخل این شیره قرار دهید و بگذارید یکی دو جوش بزند؛ سپس آنها را با کفگیر سوراخ‌دار خارج کنید.

پس از اینکه تمام نان سوخاری‌ها را از داخل شیره خارج کردید، آنها را در ظرف مورد نظر بچینید و سرو کنید.

نکته ۱) برای آنکه شربت خوب قوام آید، مدت ۵ دقیقه آن را حرارت دهید.

نکته ۲) بیش از ظرفیت قابلمه، سوخاری‌ها را به طور همزمان روی هم داخل شیره قرار ندهید زیرا به این ترتیب، سوخاری‌ها به هم چسبیده و له می‌شوند.

نکته ۳) برای اینکه مقدار اضافی کره سوخاری‌ها کمی از آن خارج شود، آنها را پس از سرخ کردن روی دستمال کاغذی حوله‌ای بچینید و روی آن کمی فشار دهید تا مقداری از کره اضافی به دستمال کاغذی منتقل شود.

نکته ۴) برای تسریع در کارتان هنگام مهمانی می‌توانید هر دو مرحله یعنی سرخ کردن سوخاری‌ها و آماده کردن شیره را از قبل انجام داده و آنها را در یخچال نگهداری کنید.

سپس حدود ۱۰ دقیقه پیش از سرو کردن، شیره را داغ کنید و سوخاری‌ها را داخل آن بیندازید.

منبع : همشهری آنلاین

<http://vista.ir/?view=article&id=100262>

 **vista.ir**
Online Classified Service

نان شیر مال ترکی

- مواد لازم:
- آرد ۵-۶ فنجان
- روغن دو سوم فنجان
- زرده تخم مرغ ۲ عدد
- شیر یک فنجان
- شکر دو سوم فنجان
- مایع خمیر یک قاشق سوپخوری
- نمک یک قاشق چایخوری
- آب ولرم به مقدار کافی



▪ زنجبیل در صورت تمایل یک قاشق چایخوری برای تزئین روی نان



▪ کنجد یک سوم فنجان

▪ کره و شیر کمی

• طرز تهیه:

مایع خمیر و یک قاشق مرباخوری از شکر را در شیر گرم حل کرده و می گذاریم تا کاملاً پف کند. آرد را در ظرف بزرگی ریخته، روغن، شکر، زرده تخم مرغ و در صورت تمایل زنجبیل را هم به افزوده و آب را به تدریج به آن اضافه کرده و مخلوط را خوب به هم می زنیم، که خمیر به دست آمده نرم باشد. ۵ یا ۶ دقیقه خمیر را خوب ورز داده و آن را به ۴ یا ۶ قسمت مساوی تقسیم و گلوله، گلوله می کنیم. روی خمیر را می پوشانیم، تا جا بیفتد. سپس سینی فر را کمی چرب کرده و با وردنه هر یک از گلوله ها را به قطر یک و نیم سانتی متر پهن و به شکل بیضی در می آوریم. آن را در سینی فر قرار داده و با قالب گرد روی خمیر را نقش می دهیم. کنجد و زرده تخم مرغ را با یک قاشق مرباخوری مخلوط کرده و روی خمیر می مالیم. سینی را در وسط فر با حرارت ۳۵۰ درجه گذاشته، تا نان پخته و طلایی شود. سپس سینی را از فر خارج کرده، نان را بگذارید کمی سرد شود، بعد روی آن کمی شیرمی پاشیم و کره می مالیم، که نان براق و نرم شود. نان ها را دو به دو از پشت به هم می چسبانیم و در داخل نایلون می گذاریم، تا خشک نشوند. این نوع نان بیشتر در استان خراسان متداول است.

منبع : ترانه ها

<http://vista.ir/?view=article&id=94450>

 **vista.ir**
Online Classified Service

نان شیرمال

• مواد لازم

▪ تخم مرغ ۲ عدد





- شکر ۴/۱ لیوان
- ماست ۱ لیوان
- جوش شیرین ۴/۱ قاشق مرباخوری
- بکینگ پودر ۲ قاشق مرباخوری
- آرد به حدی که خمیر به دست نچسبد
- وانیل کمی
- روغن ۴/۳ لیوان
- چگونگی تهیه

شکر را همراه با تخم مرغ و وانیل با همزن می زنیم تا کاملاً مخلوط شود. روغن را اضافه کرده دوباره هم می زنیم. ماست و بکینگ پودر و جوش شیرین را اضافه کرده آرد را کم کم می ریزیم و با دست مخلوط می کنیم تا خمیر درست شود آرد را در حدی می ریزیم که خمیر به دست نچسبد این خمیر را در ظرفی قرار داده و روی آن را نایلون می کشیم روی آن علامت می زنیم خمیر باید حجمش دوبرابر شود. سپس از خمیر گلوله برداشته روی میز آرد پاشیده و به شکل بیضی پهن می کنیم با وردنه به ضخامت نیم سانت در سینی چرب شده قرار می دهیم رویش را زرده تخم مرغ همراه با کمی زعفران می مالیم کنجد پاشیده و در فر با حرارت ۲۵۰ درجه به مدت نیم ساعت قرار می دهیم تا سطح نان طلایی شود.

منبع : شبکه جهانی جام جم

<http://vista.ir/?view=article&id=85077>

 **vista.ir**
Online Classified Service

نان شیرینی شکلاتی

- مواد لازم:
- آرد: ۱ کیلو؛



- مایهٔ خمیر: ۲۰ گرم؛
- بهبود دهنده: ۵ گرم؛
- نمک: ۱۰ گرم؛
- شکر: ۱۵۰ گرم؛
- آب: ۵۵۰ تا ۶۰۰ گرم؛
- روغن: ۵۰ گرم؛
- شکلات چیپسی مقاوم به حرارت: به میزان لازم.
- طرز تهیه:



ابتدا آرد، مایهٔ خمیر و بهبود دهنده را با هم مخلوط کنید.

سپس نمک و شکر را در نصف مقدار آب حل کرده و به مخلوط اولیه اضافه کنید و بقیهٔ آب را کم کم اضافه کنید تا خمیر تشکیل شود. بعد از آماده شدن خمیر، روغن را اضافه کنید و به ورز دادن ادامه دهید تا خمیر صاف و یکدستی به دست آید.

مدت ورز دادن خمیر ۷ تا ۸ دقیقه است، پس از ورز دادن، ۱۰ دقیقه به خمیر استراحت دهید. سپس خمیر را چانه گیری کنید؛ قسمت ها (چانه ها ۴۰ گرمی) بعد به چانه ها ۵ دقیقه استراحت دهید و سپس آن ها را رول کنید و رول ها را کمی با دست پهن کنید.

روی سطح تمیزی شکلات های چیپسی را پهن کنید و نوار خمیری را روی آن قرار دهید طوری که دانه های شکلات به یک طرف خمیر بچسبند. سپس خمیر را به صورت صدف بپیچید به شکلی که دانه های شکلات در وسط نان قرار گیرند. سپس به خمیرهای پیچیده استراحت دهید تا حجمشان دو و نیم برابر شود.

خمیرها را داخل فری با دمای ۱۸۰ تا ۱۹۰ درجهٔ سانتی گراد ۱۵ دقیقه بگذارید تا بپزد.

منبع : خانواده ما

<http://vista.ir/?view=article&id=101318>

 **vista.ir**
Online Classified Service

نان صبحانه



- مواد لازم:
- مویز: ۲۲۵ گرم
- کشمش بی‌دانه: ۱۵۰ گرم
- خلال مخلوط پوست مرکبات: ۲۵ گرم (تلخی گرفته)
- آرد سفید: ۲۷۵ گرم
- کره: ۲۰ گرم
- شکر: ۲۵ گرم
- ادویه مخلوط: نصف فاشق چایخوری
- تخم مرغ: ۱ عدد
- شیر گرم: ۱۵۰ گرم

- مایه خمیر تازه: ۱۵ گرم
- عسل برای شفاف کردن سطوح نان‌ها: مقداری
- طرز تهیه:

کشمش‌ها، مویزها و خلال را در آب گرم بشویید، آب آن را گرفته و خوب خشک کنید، آرد و نمک را در یک کاسه الک کرده و سپس با کره مالش دهید، مایه خمیر را همراه با شکر در شیر ولرم ریخته تا پف کند. ادویه و تخم مرغ و مایه خمیر آماده را با آرد مخلوط کنید تا خمیر صاف و نرمی به دست آید. خلال‌ها و کشمش و مویز را با خمیر مخلوط کرده، خمیر را به شکل یک قرص گرد در آورده و روی سینی چرب شده قرار دهید، روی آن را بپوشانید تا به مدت یک و نیم ساعت بماند، سپس آن را به مدت ۲۵ دقیقه در فر با حرارت ۳۰۰ درجه بپزید تا طلایی شود. پس از خنک شدن، بر سطح آن برس آغشته به عسل بمالید و با چاقو منظم برش دهید و با کره میل کنید.

منبع : ترانه ها

<http://vista.ir/?view=article&id=96081>

نان صبحانه

• مواد لازم:

• آرد ۵۰۰ گرم

• کره ۲۰ گرم

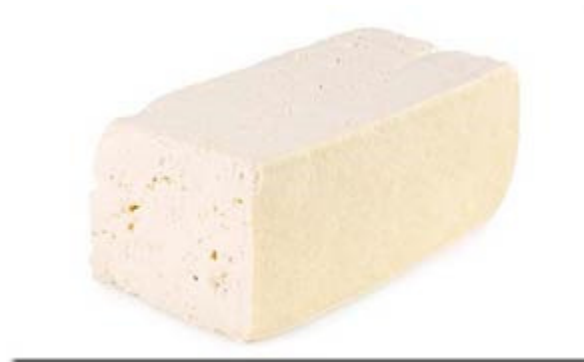
• شکر سه قاشق غذاخوری

• خمیر مایه یک قاشق غذاخوری

• شیر یک و یک سوم لیوان (۲۸۰ میلی لیتر)

• زرده تخم مرغ ۱ عدد

• تخم مرغ کامل ۱ عدد



• نمک کمی

• کنجد به مقدار لازم

• طرز تهیه:

در ظرفی آرد ، شکر و نمک ،خمیر مایه ، کره ، زرده تخم مرغ و شیر را ریخته و خوب مخلوط می کنیم تا بصورت خمیر یکدستی در بیاید و خوب ورز می دهیم و به مدت سی دقیقه می گذاریم تا خمیر ورپایید.

سپس از خمیر گلوله های کوچکی برمی داریم و شکل می دهیم و انرا در سینی فر قرار می دهیم و مدت بیست دقیقه هم می گذاریم در داخل سینی بماند.

سپس تخم مرغ را در ظرفی شکسته و خوب هم می زنیم و با برس روی نان ها می کشیم وروی آن کنجد می ریزیم و در فر قرار می دهیم . با حرارت ۲۰۰ درجه سانتی گراد به مدت پانزده دقیقه.

<http://www.kadbanooo.blogfa.com/cat-۱.aspx>

<http://vista.ir/?view=article&id=104987>

نان قندی

- مواد لازم:

- آرد سفید=۲۰۰ گرم
- آرد برنج=۱۷۵ گرم
- روغن جامد=۱۷۵ گرم
- پودر قند=۱۵۰ گرم
- سفیده تخم مرغ=۱ عدد
- زرده تخم مرغ=۲ عدد
- هل=۲/۱ قاشق چایخوری
- شیر یا گلاب=به اندازه لازم

- طرز تهیه:

روغن را با پودر قند کاملاً بزنید تا حجم آن دو برابر شود. بعد سفیده تخم مرغ و سپس زرده ها را اضافه کنید. سپس هل را اضافه کنید و آرد سفید و آرد برنج را به هم آمیخته و به مخلوط اضافه کنید. در صورتیکه خمیر خشک شد

از شیر یا گلاب استفاده کنید. به هم زدن ادامه دهید تا خمیر یکنواختی بدست آید. سپس از خمیر به اندازه یک فندق برداشته و به شکل چشم درآورد و روی آن مهر بزنید تا شکل بگیرد. برای تزئین می توان از خلال پسته استفاده کرد. بعد آن را به مدت ۷ تا ۸ دقیقه با درجه حرارت ۱۷۵ در فر بگذارید تا طلایی شود. این شیرینی را می توان به مدت سه ماه در جای خشک و درون ظرف درب دار نگهداری کرد. نگهداری در یخچال ضروری نیست.

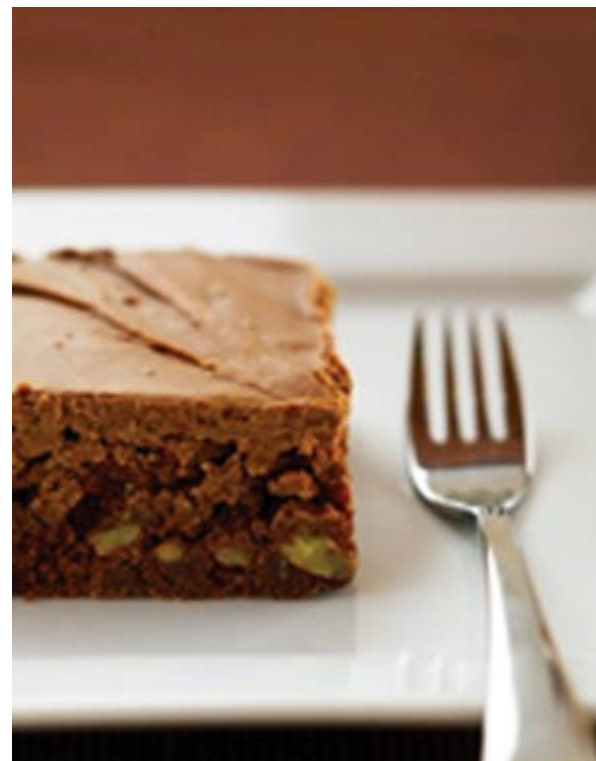
منبع : آشپزآنلاین

<http://vista.ir/?view=article&id=80817>



نان کاکائویی

- مواد لازم برای ۱۶ ساندویچ
 - یک فنجان کره
 - ۱۷۰ گرم شکلات تخته ای
 - یک و سه چهارم فنجان شکر
 - یک قاشق غذاخوری وانیل
 - چهار عدد تخم مرغ
 - یک و نیم فنجان آرد سفید
 - ربع فنجان پودر کاکائو تلخ
 - ربع قاشق چای خوری نمک
 - نصف فنجان فندق خرد شده
 - ربع فنجان گردوی خرد شده
 - ربع فنجان شکلات سفید
 - نصف فنجان کرم کاکائو فندقی
 - یک قاشق غذاخوری شکر
- طرز تهیه



کره و شکلات تخته ای را در یک قابلمه ریخته و روی حرارت ملایم قرار دهید.

شکر و وانیل را به آن افزوده و خوب هم بزنید. سپس بگذارید مواد برای مدت پنج دقیقه خنک شود. تخم مرغ ها را یکی- یکی در ظرف شکسته و هم بزنید. سپس آرد، پودر کاکائو و نمک را به آن بیفزایید.

خمیر را به صورت یکسان ته ظرف فر که با درجه ۱۷۶ گرم شده، پهن کرده و فندق، گردو، شکلات سفید و شکر را روی آن بپاشید.

سینی را به مدت ۳۵ دقیقه درون فر قرار دهید. اجازه دهید تا ساندویچ به مدت ۳۰ دقیقه خنک شود.

سپس خمیر را نصف کرده و کرم کاکائو را روی یکی از آنها بمالید، لایه دیگر را روی آن قرار داده و اجازه دهید تا دسر به مدت دو ساعت یا یک شب

در یخچال بماند. سپس آن را برش داده و ۱۶ ساندویچ درست کنید.

فرشته علیزاده

منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=127342>

 **vista.ir**
Online Classified Service

نان مغزدار قالبی

• مواد لازم

- مایه خمیر تازه (برای خمیر) ۴۰ گرم
- شکر (برای خمیر) ۵۰ گرم
- شیر ولرم (برای خمیر) نصف لیوان
- تخم مرغ (برای خمیر) ۲ عدد
- کره آب کرده (برای خمیر) ۴۰ گرم
- نمک (برای خمیر) ۱ قاشق چایخوری
- رنده پوست لیمو (برای خمیر) ۱ قاشق غذاخوری
- آرد سفید گندم (برای خمیر) حدود ۶۰۰-۷۰۰ گرم
- تقویت کننده آرد (برای خمیر) ۲/۱ قاشق چایخوری



- کره آب کرده (برای میان خمیر) ۳-۴ قاشق غذاخوری
- شکر (برای میان خمیر) ۳-۴ قاشق غذاخوری
- کنشمش ریز (برای میان خمیر) ۷۵ گرم

• گروید ریز خرد شده (برای میان خمیر) ۷۵ گرم

• کره کرده (برای روی نان) ۱۰۰ گرم

• شکر (برای روی نان) ۲ قاشق غذاخوری

• چگونگی تهیه

مایه خمیر تازه را در ظرفی ریخته شکر و شیر ولرم را به آن اضافه کنید و با دیسک مایه خمیر را در شیر حل کنید . تخم مرغ ، کره ، نمک و رنده پوست لیمو ترش را به مخلوط اضافه کنید سپس تقویت کننده آرد و آرد را کم کم بیافزایید و ورز دهید تا خمیری شود که به دست نچسبد . روی خمیر را بپوشانید و به مدت نیم ساعت در جای نسبتاً گرم قرار دهید تا خمیر ور بیاید و حجم آن دو برابر شود .

خمیر را به تکه های ۵۰ گرمی تقسیم کنید و از هر تکه خمیر رشته هایی به اندازه ۳۰*۱۰ سانتی متر باز کنید از کره آب کرده با قلم مو روی خمیر بمالید . شکر و کشمش و گردو را با هم مخلوط و از آن روی خمیر بپاشید و در جهت طول آن را دولا کرده و از سمت باریک آن را رول کنید و قالب مناسبی را با کره آب کرده چرب کنید و خمیرها را در قالب با کمی فاصله بچینید و روی خمیر را به مدت ۱۵ دقیقه بپوشانید تا خمیر مجدد ور بیاید در این فاصله فر را با حرارت ۴۰۰ درجه فارنهایت گرم کنید . مابقی کره را روی خمیر بریزید و شکر را روی آن بپاشید و در طبقه بالا به مدت ۳۰-۲۵ دقیقه بپزید.

منبع : شبکه جهانی جام جم

<http://vista.ir/?view=article&id=85086>

 **vista.ir**
Online Classified Service

نان نارگیلی

•مواد لازم :

•پودر نارگیل :: نیم کیلو

•آرد سفید :: یک کیلو

•روغن :: ۶۰۰ گرم



• پودر قند :: ۵۰۰ گرم

• طرز تهیه:

روغن و پودر قند را مخلوط می کنیم تا نرم و یکدست شود بعد آرد را اضافه کرده مالش می دهیم و پودر نارگیل را اضافه کرده و خمیر را ورز می دهیم تا کاملاً نرم شده و چسبندگی پیدا کند و خمیر را می گذاریم چند ساعت بماند. خمیر را به قطر یک سانتیمتر باز می کنیم و با قالب ظریفی قالب می زنیم یک عدد خلال پسته روی آن قرار می دهیم و کمی فشار می دهیم تا به خمیر بچسبد. بعد روی ورقه مخصوص شیرینی میچینیم و داخل فری که گرم شده با حرارت صد و پنجاه ، نیم ساعت می پزیم وقتی نانها کمی

طلائی شد از فر خارج کرده وقتی کاملاً سرد شد آنها را در ظرف می چینیم .

<http://vista.ir/?view=article&id=72735>

 **vista.ir**
Online Classified Service



نان نخودچی

• مواد لازم (برای ۴ نفر):

• آرد نخودچی خیلی نرم ۵۰۰ گرم

• پودر شکر ۲۵۰ گرم

• روغن ۳۰۰ گرم

• طرز تهیه:

خاکه قند و روغن را مخلوط می کنیم و میزنیم تا مایه کافیه نرم و لطیف شود آرد را در مایه میریزیم و خوب



مالش می دهیم تا خمیر نرم شود و چسبندگی پیدا کند بطوریکه اگر با دست گلوله ای درست کنیم آن گلوله باز نشود . بهتر است خمیر را در یک کیسه نایلون چند ساعت بگذاریم بماند و در صورت امکان اگر خمیر یکی دو روز بماند شیرینی بهتر و راحتتر تهیه می شود . خمیر را روی میز بقطر یک سانتی متر باز می کنیم و با قالبهای کوچک مخصوص نان نخود چی قالب



می زنیم و نانهای قالب زده را در سینی می چینیم و در فر با حرارت ۳۰۰ درجه بمدت ۲۰ دقیقه تا نیم ساعت می پزیم نانها باید کمی طلایی شوند ولی رنگ آنها نباید زیادی برگردد ممکن است گلوله های کوچکی باندازه یک فندق از خمیر را در دست گرد کنیم و با دندان ریز شانه روی آنرا تزئین کنیم و نصف خلال پسته وسط آن فرو نماییم .

منبع : آشپزباشی

<http://vista.ir/?view=article&id=77874>

 **vista.ir**
Online Classified Service

نان نخودچی

- مواد لازم:
 - (آرد نخودچی نرم : ۳ پیمانه)معادل ۶۰۰ گرم,
 - پودر شکر : ۱۵۰ گرم,
 - روغن جامد : دو قاشق چایخوری,
 - هل کوبیده و خلال پسته : مقداری
- طرز تهیه:

پودر شکر و روغن را با همزن برقی می زنیم تا بصورت کرم درآید. هل و آرد نخودچی را هم در مایع ریخته و خوب ورز می دهیم تا خمیر چسبندگی پیدا



کند. اگر خمیر چسبندگی پیدا نکرد میتوانید یکبار آنرا از چرخ گوشت رد کنید سپس خمیر را در کیسه نایلونی ریخته و میگذاریم به مدت بیست و چهار ساعت بماند این خمیر هرچه بیشتر بماند نتیجه کار بهتر خواهد شد خمیر را روی سطحی صاف به قطر يك سانتی متر پهن کرده و با قالب مخصوص نان



نخودچی قالب می زنیم بعد روی قالبها خلال پسته یا پودر پسته می ریزیم و آنها را در سینی می چینیم. سینی شیرینی را درون پنجره وسط فر قرار می دهیم که با حرارت ۳۷۵ درجه فارنهایت گرم شده به مدت پانزده الی بیست دقیقه فرار می دهیم. وقتی نان نخودچیا را از فر در می آوریم چون نرم است باید هفت الی هشت ساعت در محلی خنک بماند بعدا آنها را از درون سینی برداشته و در ظرف مورد نظر می چینیم .

منبع : ایران مانیا

<http://vista.ir/?view=article&id=83006>

 **vista.ir**
Online Classified Service

نان نخودچی

- مواد لازم (برای ۴ نفر):
- آرد نخودچی خیلی نرم ۵۰۰ گرم
- پودر شکر ۲۵۰ گرم
- روغن ۳۰۰ گرم
- طرز تهیه:



خاکه قند و روغن را مخلوط می کنیم و میزنیم تا مایه

کافیه و لطیف شود آرد را در مایه میریزیم و خوب مالش می دهیم تا خمیر نرم شود و چسبندگی پیدا کند بطوریکه اگر با دست گلوله ای درست کنیم آن گلوله باز نشود . بهتر است خمیر را در یک کیسه نایلون چند ساعت بگذاریم بماند و در صورت امکان اگر خمیر یکی دو روز بماند شیرینی بهتر و راحتتر تهیه می شود . خمیر را روی میز بقطر یک سانتی متر باز می کنیم و با قالبهای کوچک مخصوص نان نخودچی

قالب می زنیم و نانهای قالب زده را در سینی می چینیم و در فر با حرارت ۳۰۰ درجه بمدت ۳۰ دقیقه تا نیم ساعت می پزیم نانها باید کمی طلایی شوند ولی رنگ آنها نباید زیادی برگردد ممکن است گلوله های کوچکی باندازه یک فندق از خمیر را در دست گرد کنیم و با دندان ریز شانه روی آنها تزئین کنیم و نصف خلا ل پسته وسط آن فرو نماییم .

منبع : آشپزباشی

<http://vista.ir/?view=article&id=100036>

 **vista.ir**
Online Classified Service

نان یونانی

- مواد لازم:
- کره: ۲۵۰ گرم؛
- اسانس وانیل: ۱ قاشق چایخوری؛
- پودر شکر: ۱۶۰ گرم؛
- تخم مرغ: ۱ عدد؛
- بیکینگ پودر: ۲ قاشق چایخوری؛
- آب پرتقال: ۶۰ میلی لیتر؛
- پودر بادام: ۹۰ گرم؛
- آرد: ۴۵۰ گرم؛
- پودر جوزهندی: یک دوم قاشق چایخوری؛
- پودر شکر برای تزئین: ۱۶۰ گرم؛
- آب: ۱۲۰ میلی لیتر؛
- گلاب: ۶۰ میلی لیتر.



• طرز تهیه:



کره و اسانس وانیل، شکر و پودر جوزهندی را در ظرفی با همزن می زنیم. سپس تخم مرغ را به آن افزوده و بعد پودر بادام را می افزاییم و سپس مخلوط آرد و بیکینگ پودر را به مواد افزوده و پس از مخلوط شدن مواد آن را با دست خوب ورز می دهیم سپس آن را در دست به شکل هلال در می آوریم. در سینی فر با فاصله می چینیم و سینی را در فر به مدت ۱۵ دقیقه با دمای ۱۸۰ درجه سانتی گراد قرار می دهیم. بعد در ظرفی آب و گلاب را مخلوط کرده و پس از آن که شیرینی ها را از فر خارج کردیم و خنک شد در این مواد به مدت خیلی کوتاهی می زنیم و بعد در پودر شکر می غلتانیم و در ظرف می چینیم.

▪ نکته:

- (۱) کره را در دمای محیط قرار می دهیم، اسانس وانیل به صورت مایع با رنگ قهوه ای در فروشگاه ها یافت می شود.
- (۲) چنانچه بعد از مخلوط شدن با آرد خمیر چسبنده بود مجدداً آرد اضافه می کنیم تا چسبندگی آن گرفته شود.

منبع : خانواده ما

<http://vista.ir/?view=article&id=101577>



نکات برای تهیه شیرینی

- برای تهیه شیرینی به نکات ذیل توجه کامل داشته باشید:
- مواد اولیه شیرینی ها باید از بهترین نوع باشد این مواد باید قبلاً مطابق دستور به دقت وزن شده و آماده باشد.
- آردهائی که برای تهیه شیرینی ها مصرف می شود (مانند آرد سفید، آرد نخود چی، آرد برنج) باید در نهایت ظرافت، نرمی و نازگی باشد و برای تهیه آرد برنج و آرد نخود چی خیلی نرم باید آنها را از الک های بسیار ریز که سوراخ های آن دیده نمی شود و یا از پارچه بسیار ریز بافت رد نمود.
- برای تهیه شیرینی های ایرانی باید نهایت حوصله را به کار برد زیرا لطف این نوع شیرینی ها در ظرافت آنها است که با دست تهیه می شوند باید به یک شکل و یک اندازه ساخته شوند و در این کار دقت و ظرافت لازم است.

در تهیه شیرینی باید تجربه کافی داشت و بدون تجربه نمی‌توان شیرینی مطلوب را تهیه کرد. برای طبخ انواع شیرینی‌ها باید قبلاً فر را با حرارت مناسب آن شیرینی گرم و آماده نمود. شیرینی‌هایی که به حد کافی روغن دارد احتیاج به چرب کردن سینی ندارند و در صورتی‌که مایه شیرینی بدون روغن یا با روغن کم باشد باید سینی را چرب و آماده کرد. برای اینکه شیرینی پخته شود و رنگ آن سفید بماند ممکن است یک ورقه کاغذ روغنی را با دستمال تر کمی مرطوب کنیم و روی سطح شیرینی بیاندازیم بعد سینی شیرینی را در فر قرار بدهیم. اگر بخواهیم روی شیرینی کاملاً زرین و طلائی شود ممکن است زرده تخم مرغ را با کمب شیر مخلوط کنیم و با قلم مو روی شیرینی بمالیم و بعد شیرینی را طبخ کنیم. برای حل کردن شکلاتی که در شیرینی‌ها مصرف می‌شود شکلات را خرد می‌کنیم و در ظرفی می‌ریزیم و آن ظرف را در آب جوش قرار می‌دهیم و به هم می‌زنیم تا شکلات حل شود. در صورتی‌که بخواهیم شیرینی‌های خشک را مدتی نگهداری کنیم باید آنها را در جعبه یا ظرف‌های در داری که در آن محکم بسته می‌شود قرار دهیم.

• طرز پوست گرفتن بادام:

بادام را در آب سرد خیس می‌کنیم و وقتی پوست آن نرم شد پوست آن را می‌گیریم و یا در صورت نداشتن فرصت روی آن آب جوش می‌ریزیم و فوری پوست می‌کنیم. بعد بادام را در آبکش می‌ریزیم آب آنکه کاملاً رفت روی میز را پارچه تمیزی می‌اندازیم و بادام را روی آن پهن می‌کنیم تا خشک شود.

• طرز خواباندن بادام در یاس:

وقتی بادام کاملاً خشک شد آن را در ظرف گودی می‌ریزیم و روی آن را مقداری یاس می‌ریزیم و در ظرف را می‌بندیم (لازم نیست در ظرف خیلی محکم شود چون ممکن است رطوبت یاس باعث کپک زدن بادام بشود) و هر یکی دو روز یکبار یاس‌های پلاسیده شده را برمی‌داریم و یاس تازه به‌جای آن می‌ریزیم تا بادام‌ها کاملاً بوی یاس بگیرند.

• طرز خواباندن بادام در بیدمشک:

وقتی بادام کاملاً خشک شد آن را در ظرف گودی می‌ریزیم و روی آن را مقداری بیدمشک می‌ریزیم و در ظرف را می‌بندیم (لازم نیست در ظرف خیلی محکم شود چون ممکن است رطوبت بیدمشک باعث کپک زدن بادام بشود) و هر یکی دو روز یکبار بیدمشک‌ها پلاسیده شده را برمی‌داریم و بیدمشک تازه به‌جای آن می‌ریزیم تا بادام‌ها کاملاً بوی بیدمشک بگیرند.

<http://vista.ir/?view=article&id=352>

نکاتی برای انواع مرباها

• برای تهیه مربا به نکات ذیل توجه کامل داشته باشید:

میوه‌هایی که برای تهیه مربا انتخاب می‌شوند از بهترین نوع و بدون لکه و کم‌زدگی و کاملاً سلامت باشند.

شریت مربا باید کاملاً قوام بیابد، قوام آمدن شریت یعنی موقعی که مربا آماده شد مقداری از شریت آن را در قاشق می‌ریزیم سرد که شد باید شریت به سختی و به حالت کش از قاشق ریخته شود.

شریت مربائی که از میوه‌های شیرین تهیه می‌شود باید بعد از قوام آمدن کمی ترشی زد و این ترشی باید کاملاً در اواخر طبخ به مربا اضافه شود، تا رنگ مربا تیره نشود.

به‌طور کلی باید در زمان طبخ مربا باید در ظرف باز باشد تا رنگ مربا تغییر نکند، مگر مربای به که در ظرف باید بسته باشد تا رنگ مربا قرمز شود.

اسانسی که برای معطر کردن مربا به‌کار می‌بریم در اواخر طبخ داخل مربا ریخته می‌شود.

اگر مربا بعد از مدتی شکرک زد علت آن جوشیدن بیش از اندازه لزوم و کمی ترشی مربا است در این صورت داخل مربا کمی آب جوش می‌ریزیم و مربا را دو سه جوش می‌دهیم و بعد کمی آبلیمو به آن می‌زنیم.

در صورتی که مربا بعد از مدتی کپک زد، علت این است که شریت مربا به اندازه کافی غلیظ نشده و شکر مربا کافی نبوده است در این صورت مقداری شکر به مربا اضافه می‌کنیم و مربا را چند جوش می‌دهیم.

به‌طور کلی مربا ها را بعد از طبخ بلافاصله در شیشه نمی‌ریزیم بهتر است که مربا یک‌شب در ظرفی که طبخ شده است بماند و در صورتی‌که شریت مربا بعد از این مدت رقیق شده باشد دوباره شریت مربا را چند جوش می‌دهیم تا شریت آن قوام بیابد. مربا بعد از آماده شدن باید در شیشه در بسته در جای خنک نگهداری شود.

در بعضی موارد که مقدار شکر مربا دقیقاً ذکر نمی‌شود به واسطه نوع میوه است چون گاهی تلفات میوه یا سبزی بیشتر یا کمتر است.

کلیه مرباها باید در ظرف لعابی تهیه شود، مگر مربای به که باید در ظرف مس سفید کرده طبخ گردد.

وقتی مربا را در ظرف می‌ریزیم که به مصرف برسانیم بهتر است مقدار فراوان شریت داخل ظرف بریزیم تا مربا روی‌هم انباشته نشود و شکل خود را بهتر نشان بدهد و بعد از مصرف مربا شریت زیادی آن را دوباره در شیشه بریزیم.

نکاتی برای دسرها

دسر چیست:

اصولاً دسر به آن قسمتی از غذا گفته می‌شود که پس از جمع کردن بقیه غذاها در سفره وجود دارد.

در اروپا هنوز دسر یعنی میوه‌ای که به‌عنوان دسر در آخر غذا مصرف می‌گردد معمول است گرچه اغلب از میوه یک پودینگ یا شیرینی خمیری یا سوفله و یا تارت نیز سرو می‌نمایند.

بعضی از آمریکائی‌ها در آخر غذا شیرینی می‌خورند و خارجی‌هایی که به آن کشور مسافرت می‌کنند از انواع و اقسام دسرهایی که در آن کشور رائج است تعجب می‌کنند چون علاوه بر مجموعه دسرهای متنوع در ممالک مختلف مثل پودینگ از انگلستان، تارتها از آلمان و اطربش، مرنگ از فرانسه، سوفله‌ها از ایتالیا، آمریکائی‌ها اقسام بستنی و کیک‌ها و کیک‌های میوه را به‌جای دسر نیز سرو می‌کنند.

اقسام دسر امروزه به قدری متنوع است که تعداد آنها بسیار زیاد گردیده و ما در این قسمت سعی کرده ایم که نمونه‌هایی از تهیه اقسام آن را که در مواقع مختلفه مثل میهمانی رسمی، میهمانی دوستانه، میهمانی ناهار و یا شام و یا برای خانواده‌ها لازم است در دسترس شما بگذاریم، تا با به‌کار بستن آنها غذای شما مطبوع‌تر گردد. و در قسمت‌های دیگر برای هر کشور یا قاره انواع دسر مختص آنها را گردآوری نمائیم.

نکات لازم برای تهیه کرم و ژله:

- ۱- ژلاتین برای بسته شدن کرم مصرف می‌شود زیاده‌تر از حد معین باعث سفت شدن کرم و کمتر از حد معین باعث بسته نشدن کرم می‌شود.
- ۲- برای اینکه ژلاتین کاملاً حل شود بهتر است ژلاتین را خرد کنیم و در ظرف کوچکی بریزیم و کمی آب جوش روی ژلاتین بریزیم تا ژلاتین مرطوب شود، سپس ظرف ژلاتین را روی بخار آب جوش می‌گذاریم تا ذرات ژلاتین کاملاً حل شود و به شکل مایع در آید.
- ۳ برای بسته شدن کرم‌ها در صورت داشتن فرصت بهتر است ظرف کرم را داخل یخچال بگذاریم تا کرم بسته شود. در صورت داشتن عجله می‌توان قالب را در جای یخ گذاشت ولی بلافاصله بعد از بسته شدن کرم را باید از جای یخ خارج نمود و می‌توان ظرفی را پر از یخ نمود و ظرف را داخل یخ قرار داد تا کرم یا ژله بسته شود.
- ۴- تخم مرغی که در شیر جوشیده می‌ریزیم نباید با شیر بجوشد کافی است تخم مرغ و شیر را مخلوط و بلافاصله از روی آتش برداریم.
- ۵- برای اینکه کرم را در ظرف برگردانیم باید قالب را در ظرف آب گرم که زیاد داغ نباشد یک لحظه نگاهداریم، بعد قالب را در ظرف برگردانیم در

- صورتیکه قالب مدت زیادتری در آب داغ بماند آب می‌شود ، آب باید به قدری باشد که داخل ظرف کرم نریزد.
- ۶- برای حل کردن هر بسته ژله حاضری به‌طور کلی دو پیمانه آب لازم است که بهتر است یک پیمانه آب جوش و یک پیمانه آب سرد باشد. اول ژله را در آب جوش حل می‌کنیم بعد آب سرد را به آن اضافه می‌نمائیم.
- ۷- برای تهیه ژله میوه در منزل، برای هر پیمانه آب میوه دو ورق ژلاتین و مقداری شکر که مقدار شکر را در آب میوه می‌ریزیم و یک جوش می‌دهیم تا شکر حل شود آن را از روی آتش بر می‌داریم و ژلاتین حل شده را با آب میوه مخلوط و سپس مصرف می‌کنیم.
- ژلاتین حل شده نباید در شیر جوشان ریخت چون شیر می‌برد بلکه باید شیر بعد از جوشیدن کمی سرد شود آنوقت ژلاتین را با آن مخلوط کرد.
- ۹- ظرف کرم یا ژله باید از نوع فلز باشد ظرف‌های چینی یا نشکن مناسب نمی‌باشند.

<http://vista.ir/?view=article&id=42>



نکاتی برای طبخ کیک

- در مورد شیرینی‌ها و طبخ آنها به نکات ذیل توجه کامل داشته باشید:
- شیرینی‌پزی کاری است که هم علم است و هم هنر در آن به‌کار رفته است و اگر بخواهیم نتیجه مطلوبی به‌دست بیاوریم باید سه نکته ذیل را کاملاً رعایت نمائیم:
- ۱- موادی که انتخاب می‌کنیم و به‌کار می‌بریم باید بهترین و مرغوب‌ترین اجناس باشند.
 - ۲- مواد و وسایل باید به‌طور صحیح انتخاب شود.
 - ۳- نوع و مقدار موادی که به‌کار می‌رود باید طبق دستوری که داده شده انتخاب و به‌کار برده شود مهم‌ترین موادی که در شیرینی نیز به‌کار برده می‌شود عبارت است از کره یا روغن، آرد مواد شیرینی مایع، مواد تخمیر کننده.
 - ۴- روغن یا کره به شیرینی یک مزه خوب می‌دهد و آن را مغذی می‌نماید هر نوع روغن یا کره که در دستور شیرینی داده می‌شود باید همان را با دقت زیادی انتخاب کنیم زیرا نتیجه کاملاً بستگی به انتخاب آن دارد روغن یا کره باید از بهترین نوع یعنی نباید عطر یا بوئی داشته باشد تا بوی مواد دیگر که لازم است در شیرینی بماند از بین نبرد.

البته اگر شیرینی با کره درست شده باشد واضح است که زودتر از شیرینی با روغن درست می‌شود حالت ماندگی پیدا می‌کند زیرا کره که در شیرینی است دارای دوغ است و آن دوغ که مانده می‌شود مزه بدی به شیرینی خواهد داد پس اگر شیرینی با کره درست شود باید زودتر آن را مصرف نمود و یا در یخچال نگهداری شود.

شیرینی‌هایی که با روغن بسیار خوب تهیه می‌شود برای مدت زیادی می‌توان آن را نگهداری کرد.

آرد: اگر در دستور شیرینی گفته شود که از آرد نان استفاده کنید به راحتی می‌توان از آرد معمولی مصرف کنیم ولی اگر در دستور شیرینی مخصوصاً قید شود آرد سفید باید با همان آرد سفید شیرینی را درست کنیم می‌دانیم که آرد معمولی از گندم سفت تر درست می‌شود ، این است که شاید برای بعضی شیرینی‌ها خوب نیست.

مواد شیرینی: اساساً مغذی و مقوی بودن شیرینی‌جات همان مواد شیرینی است که در آن مصرف می‌شود.

مواد شیرینی از نی شکر یا چغندر به دست می‌آورند و می‌توان از آن استفاده کرد. ولی روی هم رفته مواد شیرینی که در شیرینی پزی به کار برده می‌شوند عبارتند از شکر سفید، شکر سرخ، پودر قند ، شیرینی عسل و یا شهد غلیظ می‌باشد.

معمولاً شکر سرخ و شکر سفید را می‌توان به جای هم مصرف نمود ولی در مورد پودر قند و شهد غلیظ این‌طور نیست و هر کدام که در دستور ذکر شود باید همان را به کار برد.

مایع: مایعی که غالباً در شیرینی به کار برده می‌شود عبارتند از شیر، آب و یا آب میوه می‌باشد.

البته در مورد شیرینی می‌توان از شیر خشک نیز استفاده نمود در صورتی‌که طبق دستوری که برای شیر خشک نوشته شده است باید آن را به صورت شیر کامل در بیاوریم شیرهای غلیظ را که دارای شیرینی است نمی‌توان به جای شیر معمولی به کار برد.

مواد تخمیر کننده: این مواد برای داخل کردن هوا در خمیر است و بنابراین برای پف کردن شیرینی یا نان به کار برده می‌شوند عبارتند از بکینگ پودر، خمیر ترش، کرم دو تارتر، ماست و جوش شیرین.

در مورد کیک‌ها و طبخ آنها به نکات ذیل توجه کامل داشته باشید:

۱- در فر را نباید باز کنیم تا موقعی که کیک درست شود.

۲- سفیده تخم مرغ را اگر با کمی قند سائیده مخلوط کنیم اگر هم بماند پف آن نمی‌خواهد.

۳- اگر تخم مرغ زنی برقی داشتیم به راحتی می‌توانیم تخم مرغ‌ها را خوب بزنیم.

۴- کره و تخم مرغ را باید یک ساعت قبل از یخچال بیرون بیاوریم برای اینکه کره که در یخچال است سفت و نرم کردن آن مشکل است و تخم مرغ هم باید حرارت طبیعی را داشته باشد.

۵- کیک را نباید داغ از قالب بیرون آورد بلکه باید در محل معمولی یعنی در اطاقی دور از جریان گذارد تا خنک بشود آنگاه کیک را در ظرف مناسبی بر گردانید تا خنک بشود آنگاه کیک را در ظرف مناسبی بر گردانید مگر بعضی از کیک‌ها که در دستور گفته می‌شود که باید فوری پس از بیرون آوردن از فر آن را بر گردانیم.

۶- اگر خواستیم میوه‌های خشک و یا کشمش در مایه بریزیم باید میوه خشک را در سینی ریخته قدری در فر بگذاریم تا گرم شود سپس در آرد

<http://vista.ir/?view=article&id=59>

نکته‌های طلایی برای پخت یک نان عالی

شاید تهیه نان مصرفی روزانه در خانه ممکن نباشد اما هر چند گاه يك بار پختن يك نان يا نان شیرینی خانگی خالی از لطف نیست چرا که در خانه عطری دلپذیرتر از بوی نان تازه نیست. طبخ نان های سنتی ایران شاید با امکانات خانگی ممکن نباشد اما بسیاری از نان های حجیم و نیمه حجیم و همچنین نان صبحانه را می توان در خانه تهیه کرد. پختن چنین نان هایی کار چندان دشواری نیست اما دانستن نکات كوچك كلیدی در طبخ انواع نان می تواند ضمن آسان تر کردن کار شما تهیه محصولی خوب را نیز تضمین کند. پیش از هر چیز باید با نقش هر يك از مواد اولیه نان و رعایت نکات لازم درباره آنها آشنا شوید:

- مایه خمیر یکی از مواد مورد نیاز جهت عمل آوردن خمیر نان است. اگر از مایه خمیر خشك استفاده می کنید حتماً از نازگی آن اطمینان حاصل کنید. مایه خمیر خشك بسته بندی شده که در سوپرمارکت ها به





فروش می رسد. اغلب دارای تاریخ تولید و انقضای مصرف یا «بهترین زمان مصرف» است. به این تاریخ ها توجه کنید.

▪ مقدار آبی که در طبخ نان با هر نوع آرد مصرف می

شود متفاوت است و به میزان گلوتن موجود در آرد و دمای آشپزخانه بستگی دارد. بنابراین آب یا مایعات جانشین آن مانند شیر را به تدریج به آرد اضافه کنید تا خمیر بافت مورد نظر را پیدا کند. دمای آبی که برای تهیه خمیر از آن استفاده می کنید نیز بسیار مهم است. اگر در دستور تهیه خمیرتان مایه خمیرخشك باید در آب یا مایع دیگری به جای آن حل شود بهترین دما برای آن حدود ۴۳ تا ۴۸ درجه سانتیگراد است. اما چنانچه آب را باید به مخلوط آرد با سایر مواد خشك اضافه کنید می توانید از دمای بالاتری که حدود ۴۸ تا ۵۴ درجه سانتیگراد است استفاده کنید. بهتر است تا وقتی تجربه کافی برای حدس زدن صحیح دمای آب را به دست نیاورده اید از يك دماسنج مخصوص آشپزی استفاده کنید.

▪ آردی که به کار می برید باید از نوع مناسب برای تهیه نان مورد نظر شما باشد و از هر نوعی اعم از سفید تا سبوس دار کامل که هست، مرغوب باشد. از به کار بردن آرد شیرینی پزی برای طبخ نان ها اجتناب کنید زیرا در این نوع آرد پروتئین های گلوتانین و گلیادین که مسبب به وجود آمدن ماده ای به نام گلوتن و در نهایت وړآمدن خمیر هستند به اندازه کافی وجود ندارند. بنابراین آرد مصرفی را از ناوایی ها خریداری کنید.

▪ چربی ها، روغن و کره ای که در طبخ نان به کار می رود موجب نرم شدن بافت و طعم بهتر آن می شود. نان هایی که در آنها نوعی چربی به کار رفته نرم تر و تردتر هستند و از رطوبت بیشتری برخوردارند، اما توجه داشته باشید از کره های کم چربی استفاده نکنید زیرا این محصولات اغلب حاوی مقدار بیشتری آب هستند و موجب سست شدن خمیر و پف نکردن نان می شوند.

▪ تخم مرغ موجب غنی تر شدن طعم و رنگ نان می شود.

▪ وجود کمی شکر در مواد اولیه نان باعث فعال شدن مایه خمیر شده و با تولید دی اکسید کربن به وړآمدن خمیر و پف کردن نان كمك می کند.

▪ نمك یکی از مواد الزامی در طبخ همه نان ها است. حضور نمك فعال شدن مایه خمیر را کنترل می کند و از پف کردن بیش از اندازه نان جلوگیری می کند. نمك همچنین برای شکل گرفتن گلوتن نیز ضروری است و به ازای هر نیم کیلو آرد باید دست كم يك قاشق چایخوری نمك اضافه کنید. نمك را هرگز به مایه خمیر اضافه نکنید زیرا مانع از فعال شدن آن می شود. نمك را ابتدا به آرد افزوده و سپس مایه خمیر را به آن بیفزایید.

▪ موادی که روی سطح خمیر نان می مالید نتایج متفاوتی را بر روی نان طبخ شده تولید می کنند. مالیدن زرده تخم مرغ روی خمیر موجب می شود نان پس از پخت سطحی براق و طلایی یا قهوه ای روشن داشته باشد و اغلب از آن برای چسباندن موادی مثل دانه کنجد یا سبزی های مختلف روی نان استفاده می شود. اگر شیر روی خمیر بمالید نان سطحی برشته و خشك خواهد شد. اسپری کردن آن روی خمیر نان در حین پخت موجب خشك تر شدن سطح روی آن می شود.

▪ حضور بخار آب در محیط و هنگام پخت نان موجب پف کردن بهتر نان می شود. از این رو بهتر است يك ظرف نسوز محتوی مقداری آب را در کف فر قرار دهید یا طی زمان پخت نان چند بار مقداری آب را در داخل فر اسپری کنید. فقط به خاطر داشته باشید که هرگز نباید در ۱۵ دقیقه اول زمان پخت نان در فر را باز کنید. پس از آن می توانید در صورت نیاز برای اسپری کردن آب با جابه جا کردن و چرخاندن نان در فر را باز نمایید.

▪ افزودن موادی مثل سبزیجات معطر، میوه های خشک، دانه های روغنی یا رنده پنیر پارمسان به نان طعم آن را غنی تر می کند. برای این منظور مواد مذکور را در مرحله ورز دادن خمیر به آن بیفزایید. اما توجه داشته باشید چنانچه مقدار زیادی از این مواد را به خمیر نان اضافه کنید تناسب میان ترکیبات نان به هم می خورد.

سپیده سلیمی

منبع : روزنامه شرق

<http://vista.ir/?view=article&id=14763>

 **vista.ir**
Online Classified Service

نوشیدنی آناناس و نارگیل

- مواد لازم
- آناناس پوست کنده ۱/۲ عدد (یا یک قوطی کنسرو آناناس)
- شیر نارگیل ۲ تا ۴ قاشق غذاخوری
- موز ۱ عدد
- پودر بادام ۱ قاشق غذاخوری
- یخ به میزان دلخواه
- طرز تهیه :
- آناناس را داخل مخلوط کن بریزید و پوره کنید .
- سپس بقیه مواد را به آن اضافه کنید و آنها را نیز پوره کنید . مایه آماده شده را داخل لیوان بریزید و سرو کنید .
- نکته : برای تهیه پودر بادام ، بادام ها را در آب جوش بریزید و پوست آنها را



بگیرید . سپس آنها را داخل آسیاب یا مخلوط کن پودر کنید .
شیر نارگیل به صورت کنسرو در بازار یافت می شود . همین طور می توان



به صورت شیر خشک آن را با آب مخلوط کرد.

<http://www.lovelyfoods.com>

<http://vista.ir/?view=article&id=91739>

 **vista.ir**
Online Classified Service

نوشیدنی سیب

- مواد لازم برای شش نفر
 - پنج فنجان آب سیب
 - هفت عدد چوب دارچین
 - یک عدد گل میخک
 - یک برش پرتقال
 - یک برش لیمو
 - نصف فنجان دلستر
- طرز تهیه

آب سیب، یک عدد چوب دارچین، گل میخک، برش پرتقال و لیمو را در یک قابلمه ریخته و روی حرارت ملایم قرار دهید.
پس از این که گرم شد در ظرف را گذاشته و آن را به مدت نیم ساعت دم کنید.



سپس آن را صاف کرده، دلستر را به آن بیفزایید. نوشیدنی را در لیوان ریخته و در صورت تمایل با چوب دارچین تزئین کنید.

• ارزش غذایی

▪ ۱۷۳ کالری

▪ صفر گرم چربی

▪ ۰/۹ گرم پروتئین

▪ ۲۹/۶ گرم کربوهیدرات

▪ ۰/۱ گرم فیبر

▪ صفر میلی گرم کلسترول، آهن، سدیم

▪ ۲ میلی گرم کلسیم

[فرشته علیزاده]

منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=121257>



نوشیدنی شکلات

- مواد لازم برای دو نفر
- نصف فنجان شکلات خرد شده
- یک فنجان شیر
- ربع قاشق چای خوری پودر دارچین
- کمی پودر فلفل



▪ یک قاشق چای خوری قهوه فوری

• زمان تهیه: هشت دقیقه

• طرز تهیه

شکلات را به نصف فنجان شیر اضافه کرده و آن را روی حرارت قرار دهید تا کاملاً آب شود. سپس قهوه، دارچین و فلفل را به آن اضافه کرده و خوب هم بزنید تا قهوه در آن حل شود. حال بقیه شیر را به آن افزوده و آن را در فنجان بریزید. در صورت تمایل با افزودن شیر بیشتر میل کنید.



▪ ارزش غذایی هر نوشیدنی

۲۶۶ کالری، ۱۵ گرم چربی، ۱۰ میلی گرم کلسترول، ۷۱ میلی گرم سدیم، ۳۳ گرم کربوهیدرات، ۲/۸ گرم فیبر رژیمی و شش گرم پروتئین

[فرشته علیزاده]

منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=123821>

 **vista.ir**
Online Classified Service

نوشیدنی شکلات شیری

• مواد لازم برای چهار نفر

▪ سه و یک چهارم فنجان شیر کم چرب

▪ ۱۷۰ گرم شکلات شیری (خرد شده)

▪ یک عدد تخم مرغ زده شده

▪ ربع قاشق چایخوری پودر فلفل قرمز



نصف قاشق چایخوری پودر دارچین

• زمان تهیه: ۳۵ دقیقه

• طرز تهیه

شکلات را در یک کاسه گذاشته و روی بخار آب قرار دهید تا ذوب شود. سپس فلفل و پودر دارچین را به آن اضافه کنید. تخم مرغ را در آن شکسته و خوب هم بزنید.

یک فنجان شیر را کم کم به آن اضافه کرده و هم بزنید تا مخلوط یکدستی حاصل شود. سپس بقیه شیر را آرام آرام به آن اضافه کنید و روی حرارت قرار دهید تا گرم شود (ولی نجوشد). نوشیدنی را در فنجان ریخته و با کمی پودر دارچین تزئین کنید.

• ارزش غذایی هر نوشیدنی

۳۴۵ کالری، ۱۸/۶ گرم چربی، ۷۸ میلی گرم کلسترول، ۱۵۳ میلی گرم سدیم، ۳۴/۸ گرم کربوهیدرات، ۰/۲ گرم فیبر رژیمی و ۱۰/۷ گرم پروتئین.

[فرشته علیزاده]

منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=122411>

 **vista.ir**
Online Classified Service

نوشیدنی کاکائو و آب نبات نعنایی

• مواد لازم برای ۴ نفر

▪ چهار فنجان شیر

▪ ۲۸/۳۵ گرم شکلات خرد شده



- چهار عدد آب نبات نعنایی خرد شده
- یک فنجان خامه
- چهار عدد آب نبات نعنایی کوچک
- زمان تهیه: ۱۵ دقیقه
- طرز تهیه



شیر را در یک قابلمه ریخته و آن را گرم کنید (شیر نباید بجوشد)، سپس شکلات و آب نبات خرد شده را به آن اضافه کرده و هم بزنید تا کاملاً حل شوند. نوشیدنی را در فنجان ریخته و سپس با خامه و آب نبات نعنایی آن را تزئین کنید.

هر نوشیدنی حاوی ۴۸۶ کالری، ۱۴/۹ گرم چربی، ۳۱ میلی گرم کلسترول، ۱۶۳ میلی گرم سدیم، ۸۰/۵ گرم کربوهیدرات، ۱/۵ گرم فیبر رژیمی و ۱۰/۱ گرم پروتئین است.

فرشته علیزاده

منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=125516>

 **vista.ir**
Online Classified Service

نوشیدنی کاکائو و فلفل دلمه ای

- مواد لازم برای چهار نفر
- ربع فنجان شکر
- ربع فنجان پودر کاکائو
- دو قاشق غذاخوری پودر فلفل قرمز



- یک فنجان آب
- یک عدد فلفل دلمه ای (خلال شده)
- دو فنجان شیر
- زمان تهیه: ۲۵ دقیقه
- طرز تهیه

شکر، پودر کاکائو و فلفل قرمز را در یک قابلمه ریخته و روی حرارت پائین قرار دهید و آن را به مدت پنج دقیقه هم بزنید. سپس آب و فلفل دلمه ای را به آن افزوده و خوب مخلوط کنید و اجازه دهید تا بجوشد. سپس فلفل دلمه ای



را از آن خارج کرده و نوشیدنی را در فنجان بریزید.

ارزش غذایی هر نوشیدنی

۱۶۴ کالری، ۳/۸ گرم چربی، ۱۰ میلی گرم کلسترول، ۱۰۵ میلی گرم سدیم، ۲۵/۴ گرم کربوهیدرات، ۳/۶ گرم فیبر رژیمی و ۵/۸ گرم پروتئین.

[فرشته علیزاده]

منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=123299>

 **vista.ir**
Online Classified Service

نوشیدنی لیمو و نعنا

این نوشیدنی بسیار خوشمزه بیشتر در زمان گرمای استفاده می شود و باعث تعادل درجه دمای بدن سرحالی و شادابی در بدن می گردد.
مواد لازم: لیمو ترش تازه ۳-۴ عدد



شکر ۱-۲ قاشق غذاخوری

نعنا تازه مقدار لازم

طرز تهیه: لیموترش های تازه را خوب بشویید و آب آن را بگیرید و کنار بگذارید. مقداری شکر را در آب جوش حل کنید بعد نعنا های تازه را پاک کرده و خوب بشویید و ضد عفونی کنید.

یک لیوان را برداشته و پر از یخ کنید تا مواد به اندازه یک لیوان باشد یخ ها و لیموترش و شکر و

نعنا ها را داخل مخلوط کن بریزید و مخلوط کنید تا مایعی برفکی شکل تولید شود لبه لیوان را داخل لیموترش فرو کرده و بعد داخل شکر بزنید که دانه های شکر به لبه لیوان بچسبد و در انتها مایع را داخل لیوان ریخته و با نعنا و لیموترش برش داده تزیین کنید.

همانطور که می دانید لیمو ترش منبع بسیار خوب ویتامین ث است.



منبع : روزنامه همشهری

<http://vista.ir/?view=article&id=13959>

 **vista.ir**
Online Classified Service

نوشیدنی مخلوط میوه ای

- مواد لازم برای ۸ تا ۱۰ لیوان:
- ۲ لیوان آب پرتقال خنک





- ۱ لیوان آب انگور سفید بدون شکر خنک
 - ۱ لیوان آب آلبالو یا آب انار
 - ۱ لیتر سودای لیمویی یا شربت لیمویی که با سودا تهیه شده باشد
 - یخ
 - ۲ پیمانه میوه تازه فصل مانند پرتقال، لیمو ترش، توت فرنگی، دانه انگور، آناناس، هلو خرد شده
 - برگ تازه نعنا
 - روش تهیه:
- (۱) در یک کاسه یا پارچ بزرگ آب پرتقال، انگور و آلبالو را مخلوط کنید.
- (۲) سودای لیمویی را اضافه کرده و به آرامی مخلوط کنید تا گاز سودا از بین نرود. دو سوم هر یک از لیوانها را از یخ و میوه های تازه پر کرده، مخلوط آب میوه را روی آن بریزید و با برگ نعنا تازه تزیین کنید.
- منبع:مجله اینترنتی فریا

منبع : ترانه ها

<http://vista.ir/?view=article&id=97759>

 **vista.ir**
Online Classified Service

نوشیدنی نارگیل

- مواد لازم برای هشت نفر
- یک عدد نارگیل
- دو فنجان شیر



- چهار فنجان قهوه (آماده نوشیدن)
- یک قاشق غذاخوری شکر
- زمان تهیه: نیم تا یک ساعت
- طرز تهیه

ابتدا روی پوست نارگیل دو سوراخ ایجاد کرده و سپس شیره نارگیل را درون قابلمه بریزید. نارگیل را به مدت ۳۰ دقیقه درون فر با درجه حرارت ۳۰۰ درجه فارنهایت قرار دهید. سپس آن را شکسته و گوشت آن را جدا کنید. حال گوشت نارگیل را رنده کنید. گوشت نارگیل، شیره نارگیل و شیر را در قابلمه ریخته و روی حرارت ملایم قرار دهید تا غلیظ شود. سپس آن را صاف کرده و پس از مخلوط کردن با قهوه و شکر، در فنجان ریخته و با نارگیل رنده شده تزئین کنید.

[فرشته علیزاده]



منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=120390>

 **vista.ir**
Online Classified Service

نوشیدنی هلو

- مواد لازم:
- کمپوت هلو: ۲ قوطی
- لیمو ترش تازه: یک نیمه
- ماست: ۱۵۰ گرم
- شیر: ۵۰۰ سی‌سی
- یخ: ۳ تکه
- برش هلو: جهت تزیین
- طرز تهیه:

ابتدا آب کمپوت هلو را در ظرفی جداگانه ریخته و هلو، آب لیمو ترش و ماست و شیر را در مخلوط‌کن ریخته و مخلوط می‌کنیم تا به صورت یک مایه غلیظ درآید، سپس آن را در لیوان مخصوص ریخته و با برش‌هایی از هلو در لبه لیوان تزیین و میل می‌کنیم.

• تذکر:

آب کمپوت هلو را می‌توان در ظرفی حرارت داده و با یک قاشق غذاخوری

پودر ژلاتین مخلوط و پس از سرد شدن در قالب ریخته و در یخچال سرد کرده و با بستنی میل کرد.



منبع : خانواده سبز

<http://vista.ir/?view=article&id=73897>

 **vista.ir**
Online Classified Service

نوع ساده ای از زولبیا

آرد سفید : ۱,۵ فنجان



رداستار : ۱ قاشق مربا خوری

آب : ۲,۲۵ فنجان

شکر : ۱,۵ فنجان

آب لیموترش : ۱ قاشق سوپخوری

هل : ۱ قاشق سوپخوری

گلاب : ۱ قاشق سوپخوری

عسل : ۱ قاشق سوپخوری



رودستار را با کمی آب گرم مخلوط می‌کنیم می‌گذاریم بماند تا کاملاً حل شود بعد داخل یک و نیم فنجان آب می‌ریزیم و آرد را اضافه می‌نمائیم و خوب هم می‌زنیم تا کاملاً مخلوط شود بعد در حدود نیم‌ساعت در جای کمی گرم می‌گذاریم بماند بعد روغن فراوان را داغ می‌کنیم و بعد مایه را در قیف مخصوص ریخته خطوطی دایره وار به‌طوری که یکدیگر را قطع کند در روغن داغ شده می‌پذیم. (در صورتی‌که زولبیا خوب پف نکرد جوش شیرین را با مایه مخلوط می‌کنیم) به همین طریق زولبیا را آماده می‌کنیم و دو طرف آن را سرخ نموده بلافاصله در شربت زولبیا که ذیلاً دستور آن داده شده می‌اندازیم.

• طرز درست کردن شربت زولبیا و بامیه:

یک پیمانه آب و شکر و گلاب را مخلوط می‌کنیم و در ظرفی می‌ریزیم و روی آتش می‌گذاریم تا جوش آید و کاملاً غلیظ شود بعد آب‌لیمو را می‌ریزیم، یکی دو جوش که زد از روی آتش بر می‌داریم و از صافی رد می‌کنیم. می‌توانید عسل و هل نیز برا افزودن طعم و بوی شربت به آن اضافه کنید.

<http://vista.ir/?view=article&id=373>

 **vista.ir**
Online Classified Service

ورقه کرانچی با رویه شکلات

• مواد لازم:

۳ قطعه شکلات مارس ریز شده

۹۰ گرم کره

۳ فنجان برشتوک گندم کرم روی کرانچی

۲۰۰ گرم شکلات شیری تخته‌ای

۳۰ گرم کره

• طرز تهیه:

یک ظرف چهار گوش صاف را با کاغذ روغنی بپوشانید به‌طوری که ۲ سانت از لبه آن بیرون بیاید. کره و قطعات ریزشدهٔ مارس را داخل ظرفی روی اجاق گاز آب کنید. به‌طوری که نجو شد و مخلوط صافی از آن به‌دست بیاید. سپس برشتوک را به آن اضافه کرده و مخلوط را در سینی آماده شده پهن کنید و با کرم کرانچی روی آن را بپوشانید و در یخچال بگذارید تا خنک شود. سپس آن را ببرید. برای تهیه کرم، شکلات تخته‌ای را با کره به طریقهٔ بن ماری مخلوط و طبخ کنید.

منبع : نشریه بهکام

<http://vista.ir/?view=article&id=11210>

 **vista.ir**
Online Classified Service

ویفر شکلاتی با طعم پرتقال

• مواد مورد نیاز:

▪ آرد: ۲ قاشق سوپخوری؛

▪ شکر قهوه‌ای: ۲ قاشق سوپخوری؛

▪ کره: ۵۰ گرم؛

▪ عسل: ۳۰۰ میلی لیتر؛



- پودر بادام: ۲ قاشق سوپخوری؛
- شکلات سیاه: ۱۲۵ گرم؛
- روغن مایع: ۱ قاشق چایخوری.
- طرز تهیه:



کره و عسل و شکر را در ظرفی مخلوط کرده روی حرارت قرار می دهیم تا ذوب شود سپس مواد را از روی حرارت بر می داریم و مخلوط آرد و پودر بادام را به آن می افزایم سپس از مواد به اندازه یک قاشق چایخوری برداشته و در سینی فر که سطح آن را با کاغذ فویل پوشانده ایم و با روغن مایع کمی آن را چرب کرده ایم با فاصله های ۱۰ سانتی متر قرار می دهیم (این شیرینی بعد از پخت خیلی پهن می شود) سپس سینی فر را در طبقه وسط فر با حرارت ۱۸۰ درجه سانتی گراد به مدت ۵ تا ۷ دقیقه قرار می دهیم و سپس سینی را از فر خارج کرده و پس از گذشت ۱ دقیقه ویفرها را از سینی و کاغذ جدا می کنیم و بعد یک طرف ویفرها را با مخلوط روغن و شکلات سیاه ذوب شده کاملاً می پوشانیم (همانند شکل) و در ظرفی قرار می دهیم تا کاملاً بسته شود. برای تهیه هر ویفر نیاز به ۲ ویفر شکلاتی داریم. یک ویفر را برداشته و با قیف از مخلوط خامه زده شده با شکلات، را روی ویفر می زنیم و یک عدد ویفر شکلاتی دیگر روی آن قرار می دهیم و سرو می کنیم.

ملاحظه کامیار

منبع : خانواده ما

<http://vista.ir/?view=article&id=111978>

 **vista.ir**
Online Classified Service

هاوایی

▪ مواد لازم (برای ۶ نفر - زمان تهیه: ۵ دقیقه)

ژله لیمو ۱ پاکت / ژله پرتقال ۱ پاکت / ژله توت فرنگی ۱ پاکت / کیوی ۲ عدد / نارنگی ۳۷۵ گرم / بستنی وانیلی ۶ عدد توپی / توت فرنگی ۱۲ عدد برای تزئین.

▪ طرز تهیه

ژله ها را طبق دستورالعمل روی پاکت آماده کنید و داخل یخچال بگذارید تا سرد بشود. کیوی را پوست بکنید، ته توت فرنگی را بگیرید و نارنگی ها را نیز پوست بگیرید و خرد کنید. ژله ها را هم بزنید، از ژله سبز رنگ بطور مساوی در شش گیلان (ظرف) بریزید. یک ردیف کیوی روی ژله سبز بگذارید. ژله نارنجی را روی کیوی بگذارید و سپس روی آن نارنگی ها را بچینید سپس ژله توت فرنگی را روی نارنگی بریزید و روی آن نیز توت فرنگی بگذارید و یک توپ بستنی وانیلی روی توت فرنگی قرار دهید و با توت فرنگی های باقیمانده آن را تزئین کنید.



منبع : روزنامه ایران

<http://vista.ir/?view=article&id=80076>

 **vista.ir**
Online Classified Service

هندوانه یخی

هندوانه یکی از میوه های خنک کننده و بسیار پرآب است که برای رفع تشنگی ایده آل است. برای درست کردن هندوانه یخی حدود دو لیوان هندوانه هسته گرفته را با دو لیوان یخ خرد شده در مخلوط کن بریزید و آن را چند ثانیه روشن کنید. پس از خرد شدن یخ آن را در لیوان های پایه دار بریزید و با یک برش نازک سه گوش از هندوانه با پوست تزئین کنید. می توانید لیه



لیوان را با بلورهای شکر زینت دهید. برای این منظور قبل از ریختن هندوانه در آن لبه لیوان را مرطوب کنید و آن را در ظرف شکر فرو ببرید تا مقداری شکر به لبه لیوان بچسبد. سپس هندوانه را در لیوان بریزد و با برش باریک هندوانه پوست دار تزیین کنید.



منبع : روزنامه شرق

<http://vista.ir/?view=article&id=15371>

 **vista.ir**
Online Classified Service

یک نوشیدنی دلچسب برای مهمانی تابستانی

در این گرمای طاقت فرسای تابستانی اولین و بهترین پذیرایی از مهمانان سرو کردن یک نوشیدنی خنک و خوشمزه است که ممکن است حاصل دست های هنرمند یک خانم کدبانو باشد، مانند شربت سکنجبین و یا شربت آلبالو یا توت فرنگی یا آنکه از شربت ها و نوشیدنی های آماده کارخانه ای استفاده شود ولی برای آن دسته از خانم های باسلیقه که دوست دارند در مهمانی بزرگشان از مهمانان با شربتی دست ساز ولی متفاوت پذیرایی کنند، یک پیشنهاد ویژه ارائه می دهیم.

- توضیح؛ در اینجا مواد لازم برای ۳۰ نفر ذکر شده است ولی شما می توانید با توجه به تعداد مهمانان تان مواد لازم را به نسبتی درست کم کنید.



• مواد لازم برای ۳۰ نفر؛

• ۴۵۰ میلی لیتر یا دو فنجان عسل

• ۴ لیتر آب

- ۷۰۰ میلی لیتر یا سه فنجان آب لیمو ترش تازه
- سه قاشق سوپ خوری برگ رزماری تازه
- یک و نیم کیلوگرم یا هشت فنجان توت فرنگی خرد شده
- دو لیتر آب گاز دار (سودا)
- سه یا چهار برگ نعناع تازه (برای تزئین)
- مقداری یخ قالبی
- چند شاخه رزماری برای تزئین

• طرز تهیه؛

۱) عسل، یک لیتر آب، یک هشتم آب لیمو ترش و برگ های رزماری (سه قاشق سوپ خوری) در داخل قابلمه ای بریزید و بر روی شعله اجاق گاز قرار دهید تا به جوش آید. در طول این مدت مرتب مواد را هم بزنید تا عسل به خوبی در آب حل شود. قابلمه را از روی اجاق گاز بردارید و به مدت پنج دقیقه در کناری بگذارید تا کمی از حرارت بیفتد، سپس مخلوط را صاف کنید و در کاسه بلوری بزرگی بریزید.

۲) سبزی دسته دار یا یک الک فلزی را بر روی همان کاسه بلوری قرار دهید و توت فرنگی های خرد شده را داخل آن بریزید حالا با فشار قاشق چوبی بر روی سطح توت فرنگی های خرد شده سعی در له کردن آنها کنید. سپس توت فرنگی های له شده را به کاسه منتقل کنید و آب لیمو ترش را نیز به مواد داخل کاسه اضافه کنید. این نوشیدنی را در یخچال قرار دهید تا به طور کامل سرد شود. به هنگام سرو، تنها کافی است تعدادی یخ داخل آن بریزید و با ملاقه ای بزرگ لیوان های مهمانان تان را از این نوشیدنی خوشمزه پر کنید. اگر می خواهید کاسه بلوری را بر روی میز پذیرایی از مهمانان قرار دهید، سطح روی آن را با تعدادی برگ رزماری و نعناع تزئین کنید.

▪ توضیح ؛

۱) در صورتی که می خواهید تکه های توت فرنگی زیر دندان هایتان حس نشود، می توانید نوشیدنی را ابتدا در مخلوط کن بریزید و سپس به کاسه انتقال دهید.

۲) اگر احساس کردید مزه ترشی این نوشیدنی با ذائقه شما هماهنگ نیست کمی عسل را در آب جوشیده حل کرده و به آن اضافه کنید.

منبع : روزنامه شرق

<http://vista.ir/?view=article&id=85270>



support@vista.ir