

# دنیای آشپزی

رومینا حسام محسنی 901  
دبیر: سرکار خانم یاسمی



# هنر آشپزی

وقتی مردم در مورد غذا صحبت می کنند، سلیقه، بافت، عطر و طعم و همچنین رنگ غذا مورد بحث قرار می گیرد. با توجه به دیدگاه های مختلف در مورد غذا، برخی افراد غذا را تنها به عنوان وعده ای که باید مصرف کنند می دانند. در حالی که برخی افراد، بیشتر به ویژگی ها و جنبه های گوناگون غذاها اهمیت می دهند و معتقدند که هر غذایی در اصل اثر هنری است که توسط آشپزها تهیه می شود. اولین سوالی که با آن روبرو میشویم این است که هنر آشپزی و یا حرفه آشپزی کدام درست است؟ همانطور که می دانید، هنر می تواند در اشکال و امور مختلفی ظاهر شود که ترکیب عطر و طعم ها، یکی از انواع آن است. انرژی و ماهیت غذا، می تواند با طیف وسیعی از حواس انسان تجربه شود. طعم و بو، اولین و مهمترین حس یک غذاست که توسط بینی و دهان ما درک می شود. نحوه ارائه غذا (که در ادامه مطلب به بررسی آن خواهیم پرداخت) و بافت آن نیز بسیار مهم اند. شاید بتوان چنین گفت که تنها حسی که در هنگام صرف غذا، به طور کامل به کار گرفته نمی شود، حس شنوایی است! در این میان، حس بینایی، به طور خاصی تحت تاثیر نوع غذا قرار می گیرد! تصویری که از غذای پیش رویمان می بینیم، اشتهای ما را تحریک کرده و شور و شعف را در ما ایجاد می کند. به همین دلیل، بشقاب های زیبا و فریبنده است توسط دوربین های گوشی های هوشمند ما ضبط و با جهانیان به اشتراک گذاشته می شود! بنابراین جای تعجبی نیست که چرا غذاها یکی از پرمخاطب ترین دسته ها در شبکه های اجتماعی هستند!

# هنر آشپزی

آشپزی، به طور کلی یک علم یا هنر یا ترکیبی از هر دوی اینها و اساساً عملی است که به شما کمک می کند چیزی را به چیز دیگری تبدیل کنید! از دیدگاه برخی افراد، تزئین غذا در هنگام سرو آن، مصداق هنر آشپزی است! این در حالی است که کل فرآیند آشپزی، امری هنری و روحانی است. به عنوان مثال، آماده سازی مواد غذایی، خود یکی از بخش های مهم آشپزی است که اغلب نادیده گرفته می شود. امروزه هنر آشپزی، به موضوعی علمی تبدیل شده و افراد سعی می کنند تا آن را در دوره های مطالعاتی گوناگون فرا گیرند. در این دوره ها مفاهیمی همچون آشنایی با غذاهای مختلف، یادگیری تکنیک های آشپزی، نحوه ایجاد هماهنگی و تناسب میان انواع غذا و نوشیدنی آماده سازی مواد غذایی غیره آموزش داده می شود.

.1

# پای گوشت و سیب زمینی



این غذا ترکیبی است از لوف گوشت و شیردز پای معروف انگلیسی. این مدل پای گوشت و سیب زمینی در قالب لوف یا همان قالب کیکس که برای تهیه نانها و کیک های مستطیل شکل استفاده میشوند تهیه میشود. تهیه پای گوشت و سیب زمینی به نسبت ساده و بیشتر زمان پخت آن در فر استاز نکاتی که در پخت این غذا باید بهش توجه کرد اینه که در پخت گوشت نباید به گوشت نمک زد چونکه سفت میشه.

.2

پاستا

پاستا یکی از غذاهای معروف ایتالیا است که انواع مختلفی دارد. پاستا پروانه‌ای، پنه، اسپاگتی، ماکارونی، فتوچینی، روتینی، بوکاتینی، ریگاتونی و صدها شکل دیگر از پاستا وجود دارد. پاستا پنه با سس آلفردو یکی از پرفروش‌ترین روش‌های پخت این غذاست. مواد لازم برای تهیه پاستا آلفردو: مرغ-قارچ-خامه-سیر-شیر و.. میباید مه در تهیه ان باید به چند نکته توجه کرد اول اینکه خامه رو وقتی که زیر گاز روشن است نباید اضافه کرد، برای حل ارد باید از شیر سرد استفاده کرد و موقع تفت دادن قارچ تمام اب قارچ باید تمام شوند اضافه کردن خامه و میزان ان کامل به شما بستگی دارد زیرا خامه پاستا را سنگین میکند.



3.

چیز کی



چیزکیک یک دسر شیرین است که از یک یا چند لایه تشکیل شده است. لایه اصلی و ضخیم ، از مخلوطی از یک پنیر نرم ، تازه ، تخم مرغ و شکر تشکیل شده است. اگر لایه زیرین وجود داشته باشد ، اغلب شامل از بیسکوییت های خرد شده، شیرینی یا گاهی کیک اسفنجی تهیه شده است نکته ای که باید به آن توجه کرد ان است که بعد از پخت چیز کیک باید برای مدتی توی یخچال باشد و در صورت تمایل میتوان ان را شکلاتی درست کرد و یا میوه استفاده کرد من برای خوشمزگی به جای بیسکوییت داجستيو از اروئ استفاده کردم



# پان اسپانیا



این دسر بسیار ساده که با بیسکویت پتی بور، پودر کاکائو، نشاسته، موزو... درست میشود را میتوان هم به صورت لیوانی درست کرد هم به صورت گرد مانند کیک تولد که ان به سلیقه شما برمیگردد. نکته دیگر در تهیه این دسر از بیسکویت پتی بور است در واقع همان بیسکویت چایی خودمون که پتی بور اسم فرانسویشه، این بیسکویت نه انقدر شیرین است نه انقدر نمکی این بیسکویت ترد و با شیرینی کم است و به همین خاطر مزه شبیه به نان میدهد.

.5

تارت



تارت شیرینی فرانسوی است  
تارت‌های امروزی معمولاً بر پایه  
میوه و مایع کاستارد هستند شما  
میتوانید از هر میوه ای که دوست دارید  
استفاده کنید و نکته مهمی که هست  
میتوانید برای طعم دادن به میوه های  
خود برای مثال توت فرنگی انها را با  
شکر بپزید و حتما به یاد داشته باشید  
کخ کف خمیر را با چنیال سوراخ کنید  
تا خمیر به خوبی پخته شود

.6

براونی



براونی یک نوع کیک شکلاتی به حساب میاد که بافتیش متراکم تر و سنگین تر از کیکهای شکلاتی دیگه اس و معمولا کمی حالت خیس داره. براونی رو معمولا با ضخامت کم تهیه میکنند و به صورت برش های مکعبی سرو میشود. این شیرینی شامل کره، شکر، شکلات تخته ای، ارد و ... است که حتما در تهیه ان باید از شکر آسیاب شده استفاده کرد و اندازه مواد بسیار مهم است زیرا یکم کمو زیاد کنید مایعتان یا شل میشود یا سفت و سرو ان را با یک اسکوپ بستنی بسیار پیشمهاد میکنم اگر تمایل دارید کم شیرین تر باشد از شکلات تلخ استفاده کنید.

.7

# سوپ قارچ





این سوپ شامل قارچ، شیر، عصاره مرغ یا اب مرغ، هویج، خامه و... است در تهیه این سوپ باید توجه داشت که اگر از جو معمولی استفاده میکنید حتما آن را از چند ساعت قبل خیس کنید. این سوپ را می‌خواهید سوپتان غلیظ شود به آن ارد اضافه کنید و یا آن را میکس کنید مقدار جو پرکی که استفاده میکنید به سلیقه شما بستگی دارد.



8.

قهوه دالگونا

.1

از ابجوش استفاده کنید

.2

با همزن برقی سریع تر است



9.

# قرمه سبزی

قورمه سبزی جا افتاده و بسیار خوشمزه لازمه انتخاب درستی سبزی های قورمه سبزی می باشد و همچنین دقت بسیار زیادی را لازم که لیمو عمانی هایی که برای قورمه سبزی مون در نظر میگیریم تلخ نباشد زیرا با این مورد تمام قرمه سبزی را تلخی خواهد گرفت. اگر لیمو عمانی دوست ندارید میتوانید از ابلیمو استفاده کنید من خودم ابلیمو ریختم و در این خورشت گوشت،لوبیا قرمز،سبزی خورشت،لیمو عمانی یا ابلیمو و ... وجود دارد.



.10

موهیتو

موهیتو یا موخیتو نوعی نوشیدنی خنک و تابستانی است که از ترکیب آب گازدار، برگ نعناع، شکر و آبلیمو تهیه می‌شود. اصل موهیتو ( Mojito ) کوبایی است، اما در مورد زمان و چگونگی به وجود آمدن این نوشیدنی، اطلاعات دقیقی در دست نیست اما هرچه باشد، وجود ورد شده استفاده کنید. مزارع وسیع نیشکر و فراوانی گیاه نعناع در کوبا، عامل اصلی به وجود آمدن این کوکتل مشهور و پرطرفدار بوده است. برای تهیه این نوشیدنی بهتر است که از یخ خ



# تہ چین



تهچین یک غذای ایرانی است که از مخلوط برنج، انواع گوشت (مرغ متداول تر است)، ماست، تخم مرغ و زعفران فراوان درست می‌شود. تهچین در بین غذاهای ایرانی به خاطر شکل و فرم زیبایش از جمله غذاهای رسمی و مناسب مهمانی‌هاست، که از دو بخش تشکیل شده‌است: اول قشر کلفت ته‌دیگ زعفرانی که مقداری گوشت یا مرغ پخته در آن قالب‌گیری شده‌است. دوم چلو سفید که روی ته‌دیگ ریخته می‌شود و هنگام کشیدن غذا زیر ته‌دیگ یا کنار آن قرار می‌گیرد و در واقع مکمل آن است. در این غذا برای بهتر کردن طعم میتوان از هل و گلاب استفاده کرد و هرچرخ زعفران بیشتر ته چین مجلسی تر است.



# لازانيا و بورک



# مرسی از توجهتون 😊

