

به نام خدا

♥ ترکیب خوشمزه مواد ♥



نام و نام خانوادگی : ماهک قصابی

نام دبیر: سرکار خانم یاسمی

پژوهش: آشپزی

# چرا آشپزی یک هنر است؟



- 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 و ... آموزش داده می شود.

# خواص مواد و طبع آنها:

نکته:

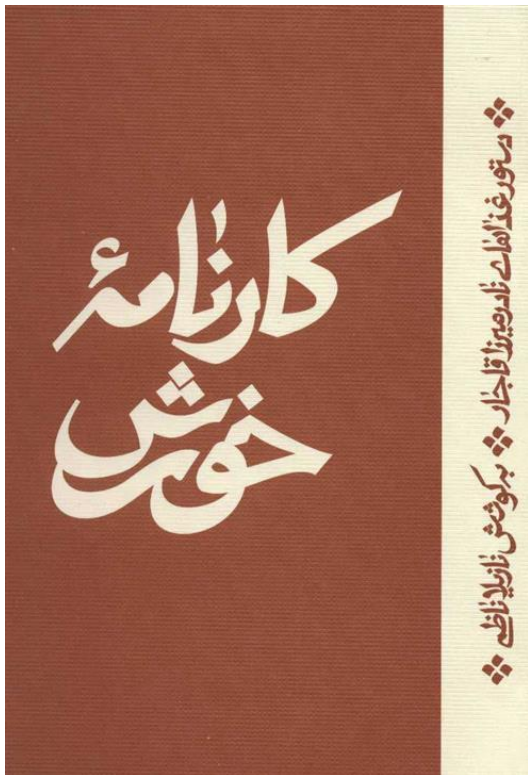
طبع آویشن چیست و خواص آن چیست؟ طبع آویشن **گرم و خشک** است و مصرف بیش از اندازه آن برای **افراد صفراوی** توصیه نمی شود. آویشن مصلح مواد غذایی مختلف مانند **دوغ**، **ماست**، **پنیر تازه**، **باقلا**، **لوبیا** و **نخود سبز** است. مصلح آویشن در طب سنتی **سرکه انگور** است.

آویشن از گیاهان دارویی **پرمصرف** برای پیشگیری از سرماخوردگی و درمان عفونت های تنفسی است و از آن به عنوان **ادویه** در تهیه غذاها نیز استفاده می شود. **برگها، گل و روغن گیاه آویشن** در طول تاریخ تا به امروز همواره برای **درمان بسیاری از بیماری ها** استفاده شده است.

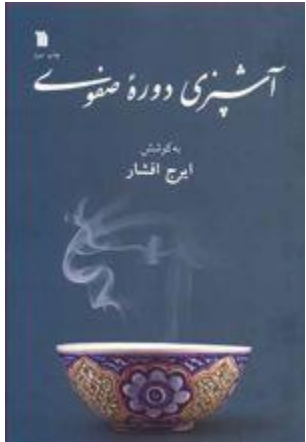


# معرفی کتاب کارنامه خورش:

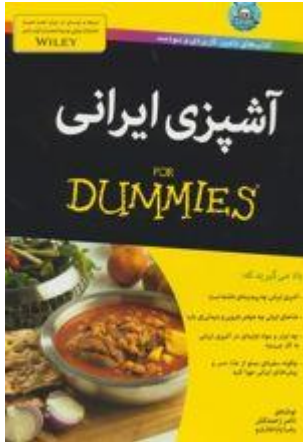
نادر میرزا، شاهزاده‌ی خوش ذوق ایرانی، با ثبت دستور غذاهایی که در زمان قاجار به سفره‌های درباریان و مردم عادی زینت می‌بخشیده، نقش مهمی در ثبت بخش بزرگی از تاریخ و فرهنگ این مرز و بوم ایفا کرده است. نادر میرزا که با نگارشی روان و شرح‌های مفرح، همراه با همسر خود این اثر را شکل داده‌اند، یک به یک خوراک‌های رایج دوره‌ی خود را انتخاب کرده و در مورد دستور طبخ آن‌ها توضیح می‌دهند. دقت و انسجام نگارشی نادر میرزا و تسلط او به علوم و ادبیات زمان خود، این اثر را از یک دستور آشپزی ساده به فرهنگ‌نامه و کتاب تاریخی تبدیل کرده است که شرح خاطرات شخصی او از جمله زندانی شدن او و تعاملات وی با شاهسون‌ها، دیدارهای مهم و مهمانی‌های مرسوم، رویدادهای مهم سیاسی اجتماعی در روزگار ثبت کتاب، تاریخچه‌ی خوراک‌های محلی و آداب و رسوم صرف غذا را در آن گنجانده است.



# معرفی چند کتاب آشپزی:



آشپزی دوره  
صفوی



آشپزی ایرانی



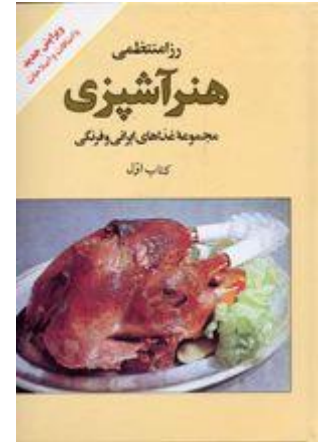
پانصد سال  
آشپزی عثمانی



مواد لازم



انواع تارت



هنر آشپزی



## مرغ ناردونی:

### نکته:

رب انار را تفت ندهید و بلافاصله بعد از اضافه کردن رب انار آب انار را نیز اضافه کنید. تفت دادن رب انار می تواند تاثیر بدی روی طعم این غذا داشته باشد.





## سوپ شیر:

### نکته:

در صورتی که سوپ شیری که پخته اید خیلی غلیظ شد و شما علاقه به خوردن سوپ در این حق غلیظ نداشته باشید، می‌توانید برای رقیق کردن آن کمی شیر به سوپ خود اضافه کنید.





براونی:

نکته:

حتما در کلیه مراحل تهیه براونی، از دور کند همزن استفاده کنید تا بافت مناسبی بدست آید و قالب مورد استفاده، حتما باید به گونه ای انتخاب شود که پس از پخت، براونی ارتفاع مناسبی داشته باشد.







## چیز کیک:

### نکته:

وقتی چیز کیک پخته شد چیز کیک را سریع از فر در  
نیاورید، فر را خاموش کنید، لای در فر را کمی باز  
کنید و بگذارید نیم ساعت در فر بماند بعد از اینکه از فر  
درمی آورید باید وقتی کاملا خنک شد به مدت ۱۰-۱۲  
ساعت در یخچال نگهداری کنید (قبل از اینکه از قالب  
در بیارین).



# قرمه سبزی:



## نکته:

سرخ کردن زیاد سبزی قورمه سبزی باعث می شود رنگ آن تیره شده و خاصیت خود را از دست بدهد و غذا سنگین شود



هویج پلو:

نکته:



زمان آبکش کردن برنج زمانی هست که دانه های  
برنج را در دست له کردیم مغز آن زبر و خشک نباشد  
و بعد برنج را در آبکش می ریزیم



پاستا:

نکته:

به آب جوش روغن اضافه نکنید چون روغن اجازه نمی‌دهد سس پاستای شما به آن بچسبد.





## ته چین مرغ:

### نکته:

برای اینکه ته چین وا نرود لایه میانی ته چین (مرغ و زرشک) نباید ضخیم باشد.  
برای اینکه ته چین عطر و طعم خاصی بگیرد می توانید چند قطره گلاب به مایه آن اضافه کنید.





بورک:

نکته:

اگر بورک ها زیادی داخل فر بمانند زیادی خشک و سفت می شوند

