

«مزه ی آشپزی»

کاری از حانیه زراعتی

کلاس: ۹/۳

موضوع: پروژه ی پایانی آشپزی

دبیر: سرکار خانم یاسمی

دبیرستان فرزندگان دو دوره ی اول

۱-ته چین مرغ و بادمجان

مواد مورد نیاز: *سینه مرغ آب پز شده *کره *گلاب *ماست *زرده ی تخم مرغ *زرشک *دارچین * نمک
*برنج

نکات:

*استفاده از گلاب و زعفران و هل باعث میشود بوی بد تخم مرغ گرفته شود.
*حتما باید دور قابلمه روغن بز نیم تا مواد نچسبند.



۲- پای گوشت و سیب زمینی

مواد مورد نیاز: *گوشت چرخ کرده *سیب زمینی *کره *پیاز *آرد *شیر *زرده ی تخم مرغ

نکات:

سیب زمینی ورق شده در پای گوشت و سیب زمینی تقریباً مانند ورقه های لازانیا عمل کرده و دارای فیبر بالایی میباشد. به نظر من طعم این غذا متوسط بوده و به لازانیا نمیرسد ولی پنیر پیتزا به کار رفته در آن تا حدودی این غذا را خوش طعم کرده است. برای نرم شدن سیب زمینی هم میتوانیم کمی به آن خامه یا شیر اضافه کنیم.



۳- پاستا پنه و سس آلفردو

مواد مورد نیاز: *پاستا *مرغ *شیر *آرد *قارچ *نمک و فلفل و سیر *خامه *پنیر پارمزان

نکات:

این مدل پاستا از خانواده ی ماکارانی ها است که فیبر زیادی داشته و مدت زمان طولانی می تواند شما را سیر نگه دارد. سسی که در آن به کار رفته یعنی سس آلفردو مزه ی بسیار دلچسبی به آن داده بود.

یکی از نکاتی که باید حین تهیه این پاستا بهش توجه شود این است که وقتی که زیر گاز روشن است نباید خامه را اضافه کنیم بلکه باید منتظر بمانیم تا خنک شود و سپس خامه را اضافه میکنیم تا اصطلاحا نبرد.

برای تزئین هم میتوان از پنیر پارمزان و جعفری استفاده کرد.



۴-بورک ترکیه ای

مواد مورد نیاز: *گوشت چرخ کرده *سیب زمینی *ماست *کره *نمک *فلفل *رب گوجه فرنگی *قارچ
*پیاز *خمیر یوفکا *پنیر پیتزا *فلفل دلمه ای کوچک

نکات:

این غذا طعم متفاوت و جدیدی برای من داشت. همینطور این غذا یکی از غذاهای پُرطرفدار در ترکیه است که برای صبحانه یا عصرانه سرو میشود.



۵-مرغ نار دون

مواد لازم: *مرغ *رب انار *انار *آب انار *سیر

نکات:

طعم بسیار ملس و خوشمزه ای داشت و همینطور شبیه خورشت فسنجان بود.
پختن مرغ در آب انار خالص باعث نفوذ طعم مخلفات به مرغ میشود و مزه ی خیلی خوشمزه ای به خود می گیرد.



مواد لازم: *برنج *گوشن *زعفران *نمک *جعفری *روغن *پیاز

نکات:

این غذا یک غذای عربی است و مزه اش برای من خیلی جالب بود زیرا تا به حال در هیچ جایی امتحانش نکرده بودم. طرز تهیه اش هم بسیار راحت است. نکته ای که باید در تهیه این غذا بهش توجه بشه خوب ورز دادن خمیر است.

۷- چیز کیک

مواد لازم: *کره *پودر شکر *خامه *پنیر ماسکار پونه *بیسکویت

نکات:

من به شخصه طعم چیز کیک را دوست نداشتم ولی طعم بدی نداشت و از مواد ساده و در دسترس استفاده شده بودو به دلیل استفاده از پنیر در این کیک برای کودکان مغذی میباشد. انتخاب ظرف برای پخت چیز کیک بسیار مهم است.



۸-تارت سیب:

مواد لازم: *آرد *شیر *شکر * زرده تخم مرغ *سیب *کره *خامه * وانیل

نکات:

تارت نوعی شیرینی فرانسوی است.
میتوانید برای طعم دادن به سیب یا هر میوه ی دیگری که به تارتتان اضافه کنید آن ها را با شکر بپزید.
برای خوب پخته شدن خمیر حتما کف آن را با چنگال سوراخ کنید.



۹- لازانیا:

مواد لازم: *ورقه ی لازانیا *فلفل دلمه ای *گوشت چرخ کرده *پنیر پیتزا *قارچ *پیاز *سس گوجه فرنگی

نکات:

استفاده از سوسیس و کالباس باعث خوش طعم شدن مزه ی لازانیا میشود.
برای نجسبیدن مواد به لازانیا به ته ظرف حتما ظرف را روغن مالی کنید.



۱۰- قرمه سبزی:

مواد لازم: *سبزی قرمه * لوبیا قرمز *گوشت خورشتی *لیمو عمانی *نمک *پیاز

نکات:

سبزی را تا جایی باید سرخ کنیم تا تیره شود.
برای درست کردن این غذا باید صبر و حوصله ی زیادی داشته باشید تا غذا به طور کامل جا بیوفتد.

نکته ی خیلی جالبی که راجب این غذا وجود دارد اینه که ه دفعه که آن را داغ کنین خوشمزه تر از قبلش میشود. 😊



۱۱- قهوه دالگونا:

مواد مورد نیاز: *قهوه فوری *شکر *آب جوش *تکه یخ *شیر

نکات:

این قهوه طعم فوق العاده ای داشت و برای رفع خستگی بسیار مفید است.
حتما از قهوه فوری به جای قهوه ی پودر شده استفاده کنید.
آنقدر ترکیب را هم میزنیم تا پوف کند و تغییر رنگ دهد.



۱۲- آش اسفناج:

مواد لازم: *عدس *پیاز *اسفناج *نعناع خشک

نکات:

این آش به دلیل داشتن عدس و اسفناج حاوی مقادیر زیادی آهن می باشد. آش اسفناج با آش رشته تفاوت زیادی ندارد در آش رشته از سبزیجات بیشتر و حوبات بیشتری مانند نخود و لوبیا استفاده می شود. طعم آش اسفناج تقریبا به آش رشته نزدیک بود.





«ممنون از توجهتون»

کاری از حانیه زراعتی