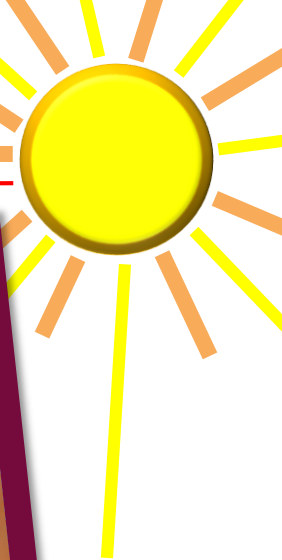


بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ هَسْتِ کَلِیدِ دَر گَنجِ حَکِمِ



تهیه، طبخ، عکس و برنامه نویسی کامپیوتری تقدیمی است از خانم شهلا آقا محمد صادق حریر فروش و آقای مرتضی معقیم اسلام

خروج

کالری
مارمالاد

مواد لازم



Pmdirin.com

مواد لازم برای مارمالاد آلبالو



با این مقدار مواد لازم
به اندازه چهار کاسه ماست خوری از
"مارمالاد آلبالو" خواهیم داشت.



دو قاشق غذاخوری
پودر ژله آلبالو

نمایش تصویر

نیم کیلوگرم یا
دو کاسه ماست خوری

شکر

نمایش تصویر

نیم کیلوگرم یا
دو کاسه ماست خوری
آلبالو پاک کرده

نمایش تصویر

خروج

تصویر قبلی

کالری
مارمالاد

طرز تهیه

مواد لازم برای مارمالاد آلبالو



دو کاسه ماست خوری سر پر آلبالو پاک کرده معادل نیم کیلو گرم
برای هر کیلو آلبالو پاک کرده، یک کیلو شکر نیاز است.

خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای مارمالاد آلبالو



دو قاشق غذاخوری پودر ژله آلبالو
حدود ۳۰ گرم پودر ژله

خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای مارمالاد آلبالو



دو کاسه ماست خوری شکر - جمعاً معادل نیم کیلو گرم
برای هر کیلو آلبالو پاک کرده، یک کیلو شکر نیاز است.

خروج

تصویر قبلی

طرز تهیه مارمالاد آلبالو



آلبالو ها را شسته، از هسته جدا می کنیم. سپس آنها را همراه یک کاسه شکر در مخلوط کن می ریزیم تا پوره آلبالو به دست آید.



خروج

مواد لازم

تصویر بعدی

طرز تهیه مارمالاد آلبالو



پوره آلبالو را همراه بقیه شکر در یک قابلمه ریخته، روی شعله قرار می دهیم تا به جوش آید. مارمالاد برای ۳ الی ۵ دقیقه بجوشد (آن را چند مرتبه هم می زنیم).



خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

تصویر بعدی

طرز تهیه مارمالاد آلبالو



دو قاشق پودر ژله آلبالو را کم کم اضافه کرده،
هم می زنیم. سپس شعله را خاموش می
کنیم.



خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

تصویر بعدی

طرز تهیه مارمالاد آلبالو



مارمالاد آلبالو آماده است.
بعد از سرد شدن، آن را در ظرف
می ریزیم.



خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

کالری
مارمالاد

کالری موجود در مارمالاد آلبالو



مقدار کالری موجود در یک کاسه ماست
خوری از مارمالاد آلبالو حدود
۶۰۰ کیلوکالری
می باشد.

مقدار کالری موجود در کل مارمالاد
۲۴۰۰ کیلوکالری
می باشد.

مقدار کالری موجود در یک قاشق مربا
خوری از مارمالاد آلبالو حدود
۳۰ کیلوکالری
می باشد.

خروج

مواد لازم

تصویر قبلی