

بِسْمِ

الله

الرحمن

الرحيم

هست

کلید

در گنج

حکیم



مریبا پوست پرتقال



Pmdirin.com

خروج

کالی مریبا

مواد لازم

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



مواد لازم

برای تهیه

مربا

پوست پرتقال

با این مقدار مواد لازم به اندازه شش کاسه ماست خوری از "مربا پوست پرتقال" خواهیم داشت.

دو کاسه ماست خوری
پوست پرتقال
خشک شده
نمایش تصویر

چهار
کاسه ماست خوری
شکر
نمایش تصویر



وسایل لازم
نمایش تصویر

دو کاسه ماست خوری
هویج رنده شده
نمایش تصویر

یک قاشق غذاخوری
خلال پسته و بادام
نمایش تصویر

یک چهارم فنجان
آب نارنج
نمایش تصویر



وسایل لازم

برای تهیه

مربا

پوست پرتقال



کاردک مخصوص برای تهیه پوست پرتقال



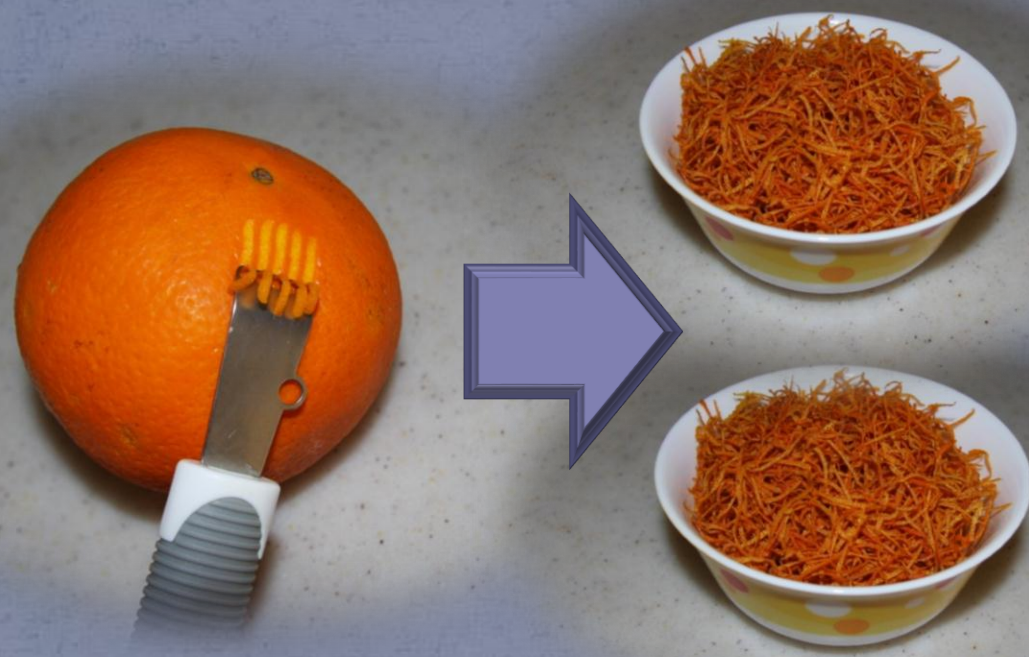


مواد لازم

برای تهیه

مربا

پوست پرتقال



دو کاسه ماست خوری پوست پرتقال خشک شده
برای تهیه آن حدود یک و نیم الی دو کیلو پرتقال نیاز می باشد.





مواد لازم

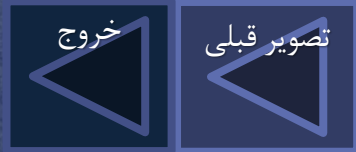
برای تهیه

مربا

پوست پرتقال



یک چهارم فنجان آب نارنج تازه یا آب لیمو تازه





مواد لازم

برای تهیه

مربا

پوست پرتقال



دو کاسه ماست خوری هویج رنده شده
معادل ۳۰۰ گرم
حدود ۳۵۰ گرم هویج پوست نکنده نیاز می باشد.





مواد لازم

برای تهیه

مربا

پوست پرتقال



یک قاشق غذاخوری خلال پسته و
یک قاشق غذاخوری خلال بادام

خروج

تصویر قبلی



مواد لازم

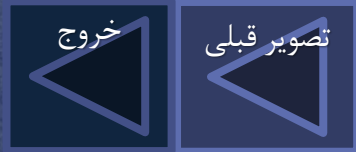
برای تهیه

مربا

پوست پرتقال



چهار کاسه ماست خوری شکر
معادل یک کیلوگرم



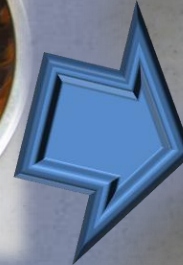
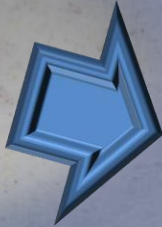
پوست پرتقال

مربا

طرز تهیه



با کاردک مخصوص خلال پوست پرتقال تهیه کرده، در یک سینی می ریزیم تا خشک شود و دو کاسه ماست خوری پوست پرتقال خشک شده تهیه شود.



خروج

مواد لازم

تصویر بعدی



پوست پرتقال

مربا

طرز تهیه



پوست پرتقالهای خشک شده را در آب جوش ریخته، تا یکی دو جوش بزند و بعد در آبکش می ریزیم. سپس این عمل را دوباره تکرار می کنیم تا تلخی پوست پرتقال گرفته شود.



خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

تصویر بعدی

پوست پرتقال

مربا

طرز تهیه



دو کاسه ماست خوری هویج رنده شده را همراه چهار کاسه ماست خوری شکر و یک کاسه ماست خوری آب در یک قابلمه ریخته، تا حدود ۱۵ دقیقه با شعله متوسط بجوشد.



خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

تصویر بعدی

پوست پرتقال

مربا

طرز تهیه



پوست پرتقال های تلخی گرفته را اضافه کرده، هم می زنیم تا مربا حدود ۱۵ دقیقه دیگر بپزد (در صورت تمایل می توان کمی زعفران ساییده نیز اضافه کرد). سپس آب نارنج، خلال پسته و بادام را اضافه کرده، هم زده، شعله را خاموش می کنیم.



خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

تصویر بعدی

پوست پرتقال

مربا

طرز تهیه



مربا آماده می باشد. بعد
از سرد شدن آن را در
ظرف می کشیم.

نوش جان



خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

کالری مربا

کالری

موجود در

مربا

پوست پرتقال



مقدار کالری موجود در کل مربا
۴۲۰۰ کیلوکالری
می باشد.

مقدار کالری موجود در یک کاسه ماست
خوری از مربا پوست پرتقال حدود
۷۰۰ کیلوکالری
می باشد.

خروج

مواد لازم

تصویر قبلی