

بِسْمِ

الله

الرحمن

الرحيم

هست

کلید

در گنج

حکیم



مربا شاتوت



Pmdirin.com

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

خروج

کالری مربا

مواد لازم



مواد لازم

برای تهیه

مربا

شاتوت

با این مقدار مواد لازم به اندازه دو الی سه کاسه ماست خوری از "مربا شاتوت" خواهیم داشت.



نیم کیلو

شاتوت

نمایش تصویر

نیم کیلو

شکر

نمایش تصویر

طرز تهیه

کالری مربا

تصویر قبلی

خروج





مواد لازم

برای تهیه

مربا

شاتوت



نیم کیلو شاتوت

خروج

تصویر قبلی



مواد لازم

برای تهیه

مربا

شاتوت

نیم کیلو شکر
حدود دو لیوان سرپر



خروج

تصویر قبلی

شاتوت

مربا

طرز تهیه



نیم کیلو شاتوت را با نیم کیلو شکر مخلوط کرده، برای مدت نیم ساعت در قابلمه می گذاریم بماند تا شکر در آب شاتوت حل شود. سپس قابلمه را روی حرارت با شعله زیاد گذاشته تا چند جوش بزند. بعد شعله را خاموش کرده تا مربا سرد شود.



خروج

مواد لازم

تصویر بعدی



شاتوت

مربا

طرز تهیه



مربا را در یخچال
گذاشته تا آماده
پذیرایی شود.

نوش جان



خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

کالری مربا



کالری

موجود در

مربا

شاتوت



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



مقدار کالری موجود در کل
مربا شاتوت حدود
۲۳۵۰ کیلوکالری
می باشد.

خروج

مواد لازم

تصویر قبلی