

مارمالاد توت فرنگی



خروج

کالری
مارمالاد

مواد لازم

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



Pmdirin.com

مواد لازم برای مارمالاد توت فرنگی



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



نیم کیلوگرم یا
دو کاسه ماست خوری

شکر

نمایش تصویر

نیم کیلوگرم یا
دو کاسه ماست خوری

توت فرنگی

نمایش تصویر

دو قاشق غذاخوری

پودر ژله توت فرنگی

نمایش تصویر

خروج

تصویر قبلی

کالری
مارمالاد

طرز تهیه

مواد لازم برای مارمالاد توت فرنگی



دو قاشق غذاخوری پودر ژله توت فرنگی معادل ۳۰ گرم

در صورتی که بخواهیم مارمالاد را برای تهیه تارت استفاده کنیم، می توان کل پودر ژله را مصرف کرد.

خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای مارمالاد توت فرنگی



دو کاسه ماست خوری شکر
معادل نیم کیلو گرم

خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای مارمالاد توت فرنگی



دو کاسه ماست خوری سر پر توت فرنگی
معادل نیم کیلو گرم

خروج

تصویر قبلی

طرز تهیه مارمالاد توت فرنگی



نیم کیلو گرم یا دو کاسه ماست خوری
توت فرنگی را پاک کرده و شسته سپس در
مخلوط کن می ریزیم تا پوره توت فرنگی
به دست آید.



خروج

مواد لازم

تصویر بعدی

طرز تهیه مارمالاد توت فرنگی



پوره توت فرنگی و شکر را در قابلمه ریخته، در آن را گذاشته تا به جوش آید. سپس در قابلمه را برداشته تا سه الی پنج دقیقه بجوشد. مرتب آن را هم می زنیم تا سر نرود.



خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

تصویر بعدی

طرز تهیه مارمالاد توت فرنگی



دو قاشق غذاخوری پودر ژله توت فرنگی را (یا در صورتی که بخواهیم مارمالاد سفت شود، کل پودر ژله را در یک لیوان آب جوش حل کرده) کم کم اضافه کرده، هم می زنیم تا مارمالاد آماده شود. شعله را خاموش کرده و بعد از کمی سرد شدن، در یخچال قرار می دهیم تا آماده پذیرایی شود.

نوش جان



خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

کالری
مارمالاد

کالری موجود در مارمالاد توت فرنگی



مقدار کالری موجود
در کل مارمالاد توت فرنگی حدوداً
۲۱۵۰ کیلو کالری
می باشد.



مقدار کالری موجود در
یک قاشق مرباخوری از مارمالاد حدوداً
۳۰ کیلو کالری
می باشد.

مقدار کالری موجود در یک
کاسه ماست خوری مارمالاد حدوداً
۵۵۰ کیلو کالری
می باشد.

خروج

مواد لازم

تصویر قبلی