

بسم الله الرحمن الرحيم هست کلید در گنج حکیم



Pmdirin.com

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



کیک ماکارونی
مدل دوم

خروج

کالری غذا

مواد لازم

مواد لازم برای کیک ماکارونی ۲



با این مقدار مواد لازم به اندازه یک دیس متوسط از "کیک ماکارونی" خواهیم داشت.

سه قاشق غذاخوری

ماست

نمایش تصویر

یک کاسه ماست خوری

گوشت

چرخ کرده

نمایش تصویر

۳۰۰ گرم

ماکارونی

نمایش تصویر

دو قاشق غذاخوری

رب گوجه

فرنگی

نمایش تصویر

دو قاشق غذاخوری

پنیر پیتزا

نمایش تصویر

سه عدد

تخم مرغ

نمایش تصویر

نصف فنجان

روغن

نمایش تصویر

دو عدد

پیاز

نمایش تصویر

وسایل لازم

نمایش تصویر

نمک، فلفل

و زعفران

نمایش تصویر

خروج

تصویر قبلی

کالری غذا

طرز تهیه



مواد لازم برای کیک ماکارونی ۲



دو عدد پیاز متوسط
حدود دویست گرم

خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای کیک ماکارونی ۲



سیصد گرم ماکارونی
یا حدود نصف بسته ماکارونی ۷۰۰ گرمی

خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای کیک ماکارونی ۲



دو قاشق غذاخوری پنیر پیتزا
معادل ۲۰ گرم پنیر پیتزا رنده شده

خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای کیک ماکارونی ۲



سه عدد تخم مرغ

خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای کیک ماکارونی ۲



۲۵۰ گرم گوشت چرخ کرده
معادل یک کاسه ماست خوری گوشت چرخ کرده

خروج

تصویر قبلی

وسایل لازم برای کیک ماکارونی ۲



قالب تفلون به شکل قلب به قطر ۲۴ سانتی متر
گاز فر دار

خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای کیک ماکارونی ۲



دو قاشق غذاخوری رب گوجه فرنگی
معادل ۸۰ گرم

خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای کیک ماکارونی ۲



نصف فنجان روغن
حدود پنجاه گرم

خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای کیک ماکارونی ۲



نمک و فلفل به مقدار لازم
و یک چهارم قاشق مربا خوری زعفران

خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای کیک ماکارونی ۲



سه قاشق غذاخوری ماست
معادل ۶۰ گرم

خروج

تصویر قبلی

طرز تهیه کیک ماکارونی ۲



یک عدد پیاز رنده شده را با نصف گوشت چرخ کرده و کمی نمک و ورز می دهیم و به صورت توپهای کوچک درآورده، در نصف فنجان روغن سرخ میکنیم. روغن آن را از صافی عبور داده تا برای تهیه پیازداغ از آن استفاده کنیم.

خروج

مواد لازم

تصویر بعدی

طرز تهیه کیک ماکارونی ۲



یک عدد پیاز متوسط را با روغن باقیمانده از گوشتهای قلقلی، سرخ می کنیم. بقیه گوشت چرخ کرده را اضافه کرده هم می زنیم. نمک و فلفل و رب گوجه را اضافه کرده، تفت می دهیم تا مایه گوشتی آماده شود.

خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

تصویر بعدی

طرز تهیه کیک ماکارونی ۲



در یک قابلمه آب را جوش آورده و پنج قاشق نمک اضافه می کنیم. ماکارونی های دراز را نصف کرده، در آب جوش می ریزیم. ماکارونی حدود ده دقیقه که بپزد، نرم می شود. بعد از نرم شدن، آن را آبکش می کنیم و مقدار زیادی آب سرد روی آن می ریزیم.

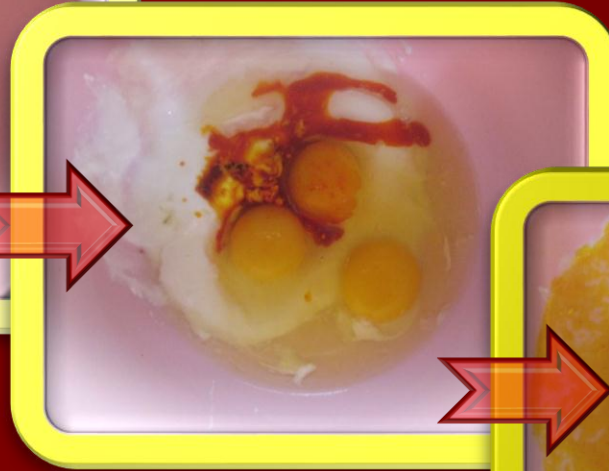
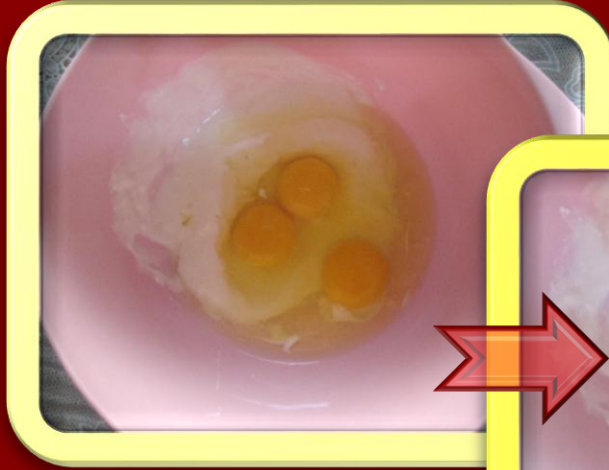
خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

تصویر بعدی

طرز تهیه کیک ماکارونی ۲



ماست را با قاشق هم زده، کمی نمک، تخم مرغ و زعفران دم کرده را با آن مخلوط می کنیم.

خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

تصویر بعدی

طرز تهیه کیک ماکارونی ۲



ماکارونی آبکش شده را با مایه تخم مرغی مخلوط می کنیم.

خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

تصویر بعدی

طرز تهیه کیک ماکارونی ۲



ته قالب را با کمی روغن چرب
می کنیم و گوشتهای قلقلی را
دور قالب می چینیم.

خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

تصویر بعدی

طرز تهیه کیک ماکارونی ۲



نصف ماکارونی را در قالب ریخته، مایه
گوشتی را روی آن می ریزیم سپس کمی
پنیر پیتزا روی آن می پاشیم.
مایه ماکارونی نباید با کناره های ظرف
تماس پیدا کند.

خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

تصویر بعدی

طرز تهیه کیک ماکارونی ۲



بقیه ماکارونی را در قالب ریخته، با یک فویل آلومینیومی روی آن را می پوشانیم.

خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

تصویر بعدی

طرز تهیه کیک ماکارونی ۲



فر را از نیم ساعت قبل
با حرارت متوسط
(حدود ۱۶۰ الی ۱۸۰
درجه سانتیگراد) روشن
می کنیم و قالب را
برای مدت ۴۵ دقیقه
در طبقه وسط فر قرار
می دهیم.



خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

تصویر بعدی

طرز تهیه کیک ماکارونی ۲



کیک ماکارونی پخته شده را از فر درآورده، ده دقیقه می گذاریم تا سرد شود سپس آن را از قالب در می آوریم.

خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

تصویر بعدی

طرز تهیه کیک ماکارونی ۲



کیک ماکارونی آماده است. روی آن را می توان با سس گوجه تزئین کرد.

نوش جان

خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

کالری غذا

کالری موجود در کیک ماکارونی ۲



مقدار کالری موجود در کل این غذا

۲۷۵۰ کیلو کالری

می باشد.



مقدار کالری موجود در یک دهم غذا

۲۷۵ کیلو کالری

می باشد.

خروج

مواد لازم

تصویر قبلی