

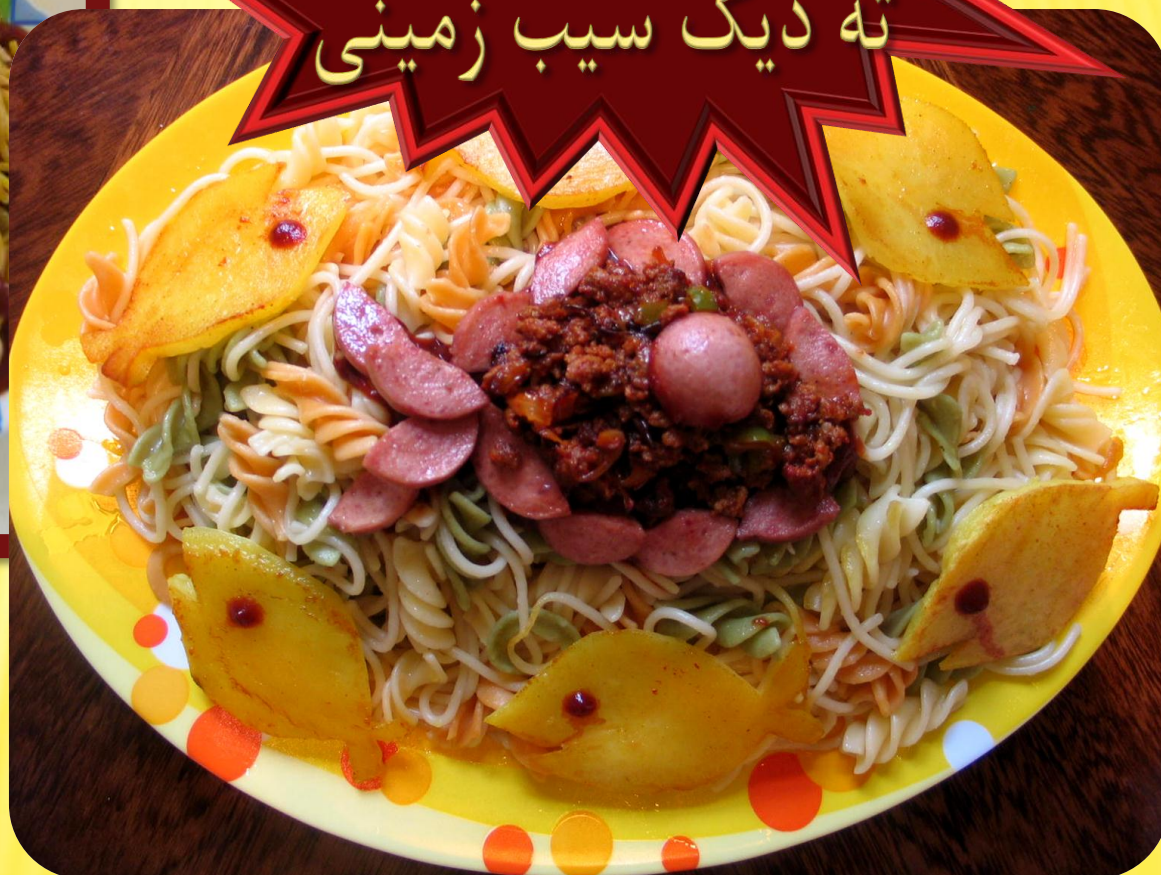
بسم الله الرحمن الرحيم هست کلید در گنج حکیم



Pmdirin.com

ماکارونی با

ته دیگ سیب زمینی



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

خروج

کالری غذا

مواد لازم

مواد لازم برای ماکارونی با ته دیگ سیب زمینی



با این مقدار مواد لازم
به اندازه یک دیس متوسط از
”**ماکارونی با ته دیگ سیب زمینی**“
خواهیم داشت.

یک فنجان
گوشت چرخ کرده
نمایش تصویر

نصف عدد
فلفل دلمه ای کوچک
نمایش تصویر

۲۵۰ گرم

ماکارونی
نمایش تصویر

یک فنجان

روغن
نمایش تصویر

یک عدد

**سوسیس
هات داگ**
نمایش تصویر

یک عدد (بزرگ)
سیب زمینی
نمایش تصویر

یک قاشق غذاخوری
رب گوجه فرنگی
نمایش تصویر

یک عدد

پیاز
نمایش تصویر

**نمک، فلفل
و زردچوبه**
نمایش تصویر

خروج

تصویر قبلی

کالری غذا

طرز تهیه

مواد لازم برای ماکارونی با ته دیگ سیب زمینی



یک عدد پیاز کوچک
حدود پنجاه گرم

خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای ماکارونی با ته دیگ سیب زمینی



نصف عدد فلفل دلمه ای کوچک یا
یک نلعبیکی فلفل دلمه ای خرد شده
حدود پنجاه گرم

خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای ماکارونی با ته دیگ سیب زمینی



یک عدد سیب زمینی درشت
حدود ۳۵۰ گرم

خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای ماکارونی با ته دیگ سیب زمینی



یک فنجان گوشت چرخ کرده
معادل ۱۲۰ گرم

خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای ماکارونی با ته دیگ سیب زمینی



۲۵۰ گرم ماکارونی دراز یا شکلی
نصف بسته پانصد گرمی ماکارونی

خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای ماکارونی با ته دیگ سیب زمینی



یک عدد سوسیس هات داگ
حدود ۱۳۰ گرم

خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای ماکارونی با ته دیگ سیب زمینی



یک قاشق غذاخوری رب گوجه فرنگی
معادل ۴۰ گرم

خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای ماکارونی با ته دیگ سیب زمینی



یک فنجان روغن
حدود صد گرم

خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای ماکارونی با ته دیگ سیب زمینی



نمک، فلفل و زردچوبه به مقدار لازم

خروج

تصویر قبلی

طرز تهیه ماکارونی با ته دیگ سیب زمینی



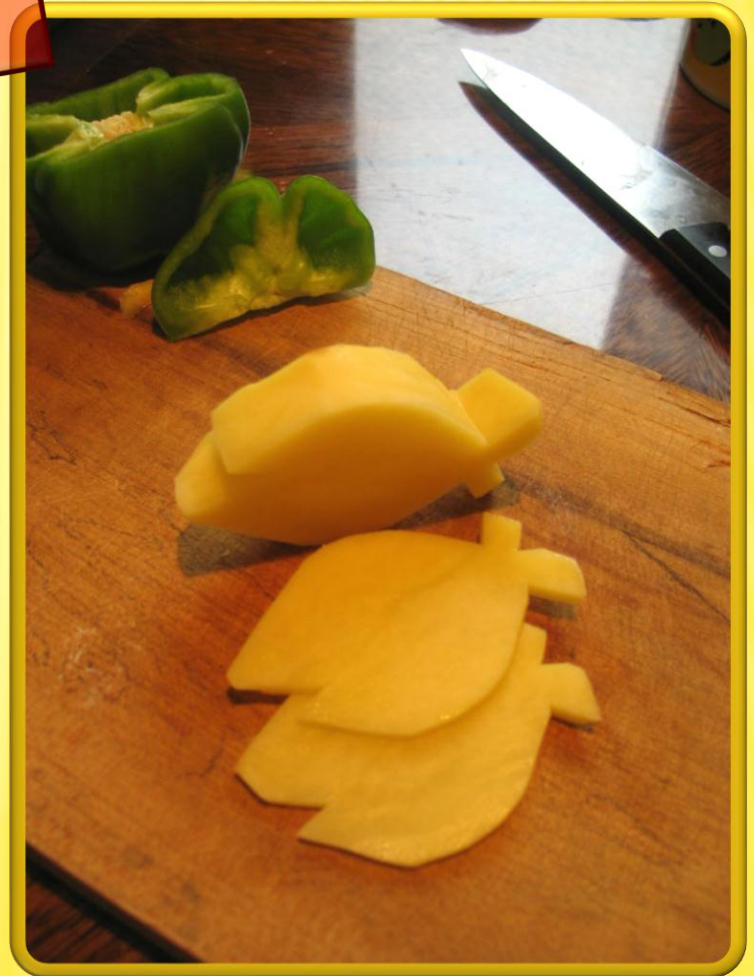
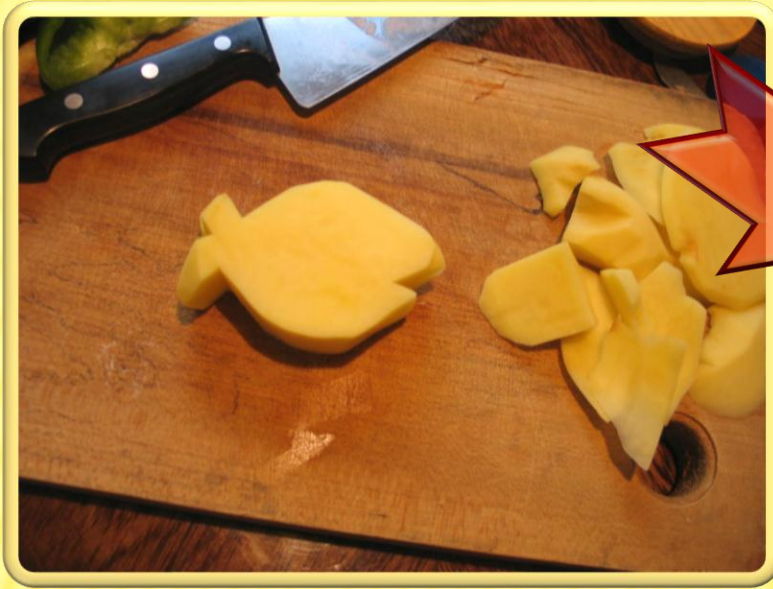
سوسیس را خرد کرده، با نصف فنجان روغن سرخ می کنیم. بعد یک عدد پیاز کوچک را با روغن باقیمانده از سوسیس، سرخ کرده و به آن زردچوبه می زنیم. سپس رب گوجه، گوشت چرخ کرده، فلفل دلمه ای خرد کرده، کمی نمک و فلفل به آن اضافه کرده، تفت می دهیم تا مایه گوشتی آماده شود.

خروج

مواد لازم

تصویر بعدی

طرز تهیه ماکارونی با ته دیگ سیب زمینی



سیب زمینی درشت را مطابق شکل، مانند یک ماهی برش می زنیم. و یا آن را به فرم گرد ساده برش می زنیم.

خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

تصویر بعدی

طرز تهیه ماکارونی با ته دیگ سیب زمینی



در یک قابلمه متوسط آب را جوش آورده و چهار قاشق غذاخوری نمک اضافه می کنیم. ماکارونی ها را در آب جوش ریخته تا با شعله زیاد بپزد و نرم شود. (در حین پخت یک الی دو بار آن را هم می زنیم) سپس آن را آبکش کرده، با آب سرد فراوان می شوئیم.

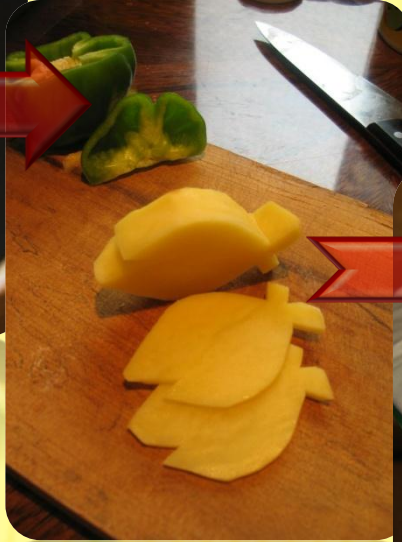
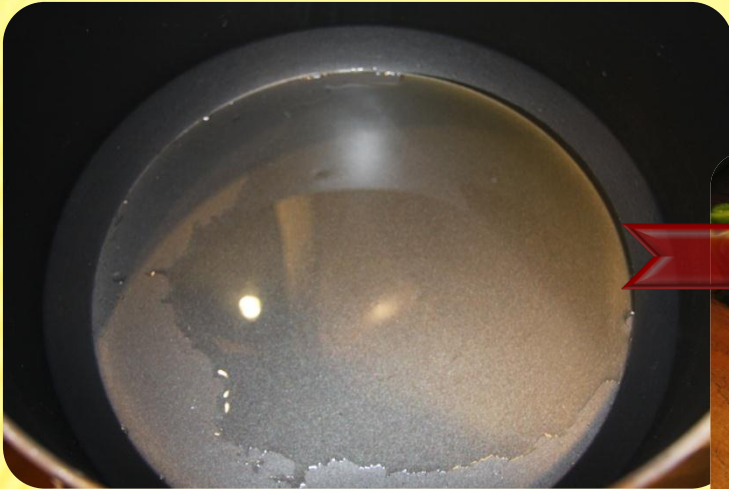
خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

تصویر بعدی

طرز تهیه ماکارونی با ته دیگ سیب زمینی



دو قاشق غذاخوری روغن ته یک قابلمه متوسط می ریزیم تا داغ شود. سپس سیب زمینی های برش خورده را ته قابلمه گذاشته، روی آن کمی نمک می پاشیم و ماکارونی آبکش شده را با بقیه روغن در قابلمه می ریزیم. ماکارونی را برای حدود نیم ساعت دم می کنیم.

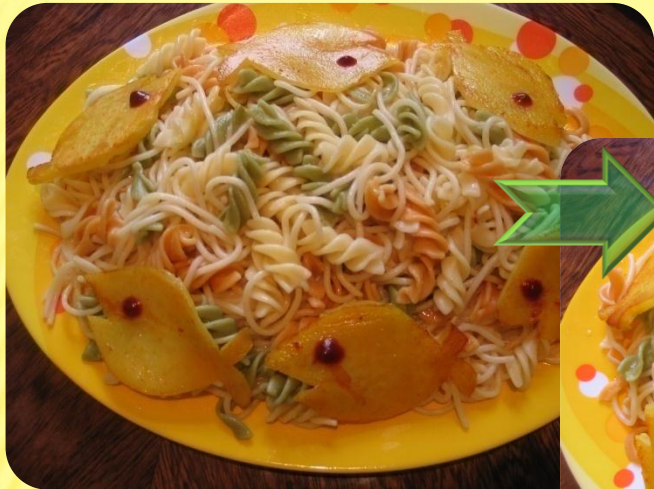
خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

تصویر بعدی

طرز تهیه ماکارونی با ته دیگ سیب زمینی



ماکارونی دم کشیده را در یک دیس کشیده و کمی از مایه گوشتی را لای لای آن می ریزیم. بعد ته دیگ های سیب زمینی را دور آن می چینیم و با سس گوجه یک چشم برای ماهیها می گذاریم سپس با سس گوجه بر روی ماکارونی شکل یک ماهی در می آوریم و سوسیس های سرخ شده را دور آن می چینیم و مایه گوشتی را روی سس گوجه می ریزیم.

خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

تصویر بعدی

طرز تهیه ماکارونی با ته دیگ سیب زمینی



اگر سیب زمینی ته دیگ را به صورت دایره برش زده باشیم، ماکارونی را با کمی سس گوجه و یک گوجه فرنگی مطابق شکل می توان تزئین کرد.



خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

تصویر بعدی

طرز تهیه ماکارونی با ته دیگ سیب زمینی



اکنون غذا آماده پذیرایی می باشد.

نوش جان

خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

کالری غذا

کالری موجود در ماکارونی با ته دیگ سیب زمینی



مقدار کالری موجود در یک کاسه
ماست خوری ماکارونی حدود

۳۵۰ کیلو کالری

می باشد.



مقدار کالری موجود در کل این غذا حدود

۲۸۰۰ کیلو کالری

می باشد.

خروج

مواد لازم

تصویر قبلی