



Pmdirin.com

بسم الله الرحمن الرحيم هست کلید در گنج حکیم

# ماکارونی با گوشت قلقلی



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 گوشت قلقلی



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

یک کاسه ماست خوری

## گوشت چرخ کرده

نمایش تصویر

۲۵۰ گرم

## ماکارونی

نمایش تصویر

یک عدد

## پیاز

نمایش تصویر

نصف فنجان

## روغن

نمایش تصویر

یک چهارم  
قاشق مرباخوری

## زعفران

نمایش تصویر

دو عدد

## گوجه فرنگی

نمایش تصویر

به مقدار لازم  
نمک و فلفل

نمایش تصویر

خروج

تصویر قبلی

کالری غذا

طرز تهیه

مواد لازم برای ماکارونی با گوشت قلقلی



یک عدد پیاز متوسط  
حدود صد گرم

خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای ماکارونی با گوشت قلقلی



یک کاسه ماست خوری گوشت چرخ کرده  
معادل ۲۵۰ گرم

خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای ماکارونی با گوشت قلقلی



۲۵۰ گرم ماکارونی  
نصف بسته پانصد گرمی ماکارونی

خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای ماکارونی با گوشت قلقلی



یک چهارم قاشق مربا خوری زعفران

خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای ماکارونی با گوشت قلقلی



دو عدد گوجه فرنگی متوسط

خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای ماکارونی با گوشت قلقلی



نصف فنجان روغن  
حدود پنجاه گرم

خروج

تصویر قبلی



مواد لازم برای ماکارونی با گوشت قلقلی



نمک و فلفل به مقدار لازم

خروج

تصویر قبلی

# طرز تهیه ماکارونی با گوشت قلقلی



یک کاسه ماست خوری گوشت چرخ کرده را با یک پیاز متوسط رنده شده و کمی نمک و فلفل ورز می دهیم و آن را به صورت توپهای قلقلی در می آوریم. سپس آنها را در نصف فنجان روغن سرخ می کنیم.

خروج

مواد لازم

تصویر بعدی

# طرز تهیه ماکارونی با گوشت قلقلی



روغن باقیمانده از گوشتهای قلقلی را از صافی رد می کنیم.

خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

تصویر بعدی

# طرز تهیه ماکارونی با گوشت قلقلی



در یک قابلمه بزرگ آب را جوش آورده و شش 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 گوشت قلقلی



با روغن باقیمانده از گوشتهای قلقلی، ماکارونی آبکش شده را برای مدت نیم ساعت دم می کنیم.

خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

تصویر بعدی

# طرز تهیه ماکارونی با گوشت قلقلی



دو سوم ماکارونی دم کشیده را در ظرف کشیده، بقیه آن را با زعفران آب کرده، مخلوط می کنیم و در ظرف می کشیم. مطابق شکل، کمی سس گوجه اضافه می کنیم.

خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

تصویر بعدی

# طرز تهیه ماکارونی با گوشت قلقلی



روی سس گوجه گوشت قلقلی می چینیم و کنار ظرف را با گوجه فرنگی های برش زده، تزئین می کنیم. کمی سس گوجه روی گوجه فرنگی ها می ریزیم و گوشت های قلقلی را روی آن قرار می دهیم.

خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

تصویر بعدی

# طرز تهیه ماکارونی با گوشت قلقلی



اکنون ماکارونی با گوشت قلقلی  
آماده پذیرایی می باشد.

نوش جان

خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

کالری غذا



# کالری موجود در ماکارونی با گوشت قلقلی



مقدار کالری موجود در کل این غذا

**۲۰۰۰ کیلو کالری**

می باشد.



مقدار کالری موجود در یک کاسه  
ماست خوری ماکارونی حدود

**۳۵۰ کیلو کالری**

می باشد.

خروج

مواد لازم

تصویر قبلی