

بسم الله الرحمن الرحيم هست کلید در گنج حکیم

ماکارونی با گوشت و پنیر

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



Pmdirin.com

مواد لازم برای ماکارونی با گوشت و پنیر



با این مقدار مواد لازم
به اندازه یک دیس بزرگ از
”ماکارونی با گوشت و پنیر“
خواهیم داشت.

نمک، فلفل

و زردچوبه

نمایش تصویر

۵۰۰ گرم

ماکارونی

نمایش تصویر

یک و نیم فنجان

روغن

نمایش تصویر

دو کاسه

ماست خوری

گوشت چرخ کرده

نمایش تصویر

دو کاسه

ماست خوری

پنیر پیتزا

نمایش تصویر

دو عدد

پیاز

نمایش تصویر

چهار قاشق غذاخوری

رب گوجه فرنگی

نمایش تصویر

خروج

تصویر قبلی

کالری غذا

طرز تهیه

مواد لازم برای ماکارونی با گوشت و پنیر



دو عدد پیاز متوسط
حدود دویست گرم

خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای ماکارونی با گوشت و پنیر



دو کاسه ماست خوری گوشت چرخ کرده
جمعاً معادل ۴۰۰ گرم

خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای ماکارونی با گوشت و پنیر



یک بسته پانصد گرمی ماکارونی دراز

خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای ماکارونی با گوشت و پنیر



دو کاسه ماست خوری پنیر پیتزا رنده شده
حدود ۱۵۰ الی ۲۰۰ گرم

خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای ماکارونی با گوشت و پنیر



چهار قاشق غذاخوری رب گوجه فرنگی
معادل ۱۵۰ گرم

خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای ماکارونی با گوشت و پنیر



یک و نیم فنجان روغن
حدود صد و پنجاه گرم

خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای ماکارونی با گوشت و پنیر



نمک، فلفل و زردچوبه به مقدار لازم

خروج

تصویر قبلی

طرز تهیه ماکارونی با گوشت و پنیر



دو عدد پیاز را با یک فنجان روغن سرخ کرده و به آن زردچوبه می زنیم. سپس رب گوجه را در نصف فنجان آب حل کرده، اضافه می کنیم. در نهایت گوشت چرخ 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 گوشت و پنیر



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.

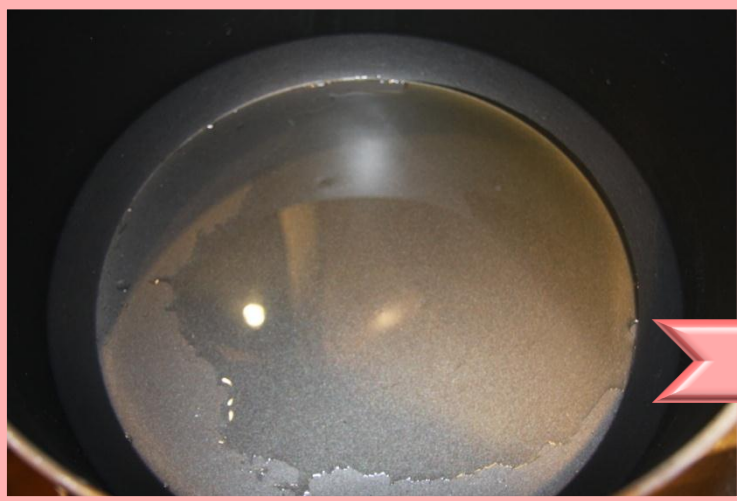
خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

تصویر بعدی

طرز تهیه ماکارونی با گوشت و پنیر



چهار قاشق غذاخوری روغن ته یک قابلمه بزرگ ریخته، ماکارونی آبکش شده و مایه گوشتی را لابه لابه در قابلمه می ریزیم. پنج قاشق از مایه گوشتی را برای تزئین نگه می داریم. سپس ماکارونی را برای حدود یک ساعت دم می کنیم.



خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

تصویر بعدی

طرز تهیه ماکارونی با گوشت و پنیر



مقداری از ماکارونی دم کشیده را در یک دیس بزرگ می کشیم و روی آن کمی پنیر پیتزا می پاشیم و دوباره ماکارونی و پنیر پیتزا می ریزیم. در نهایت روی آن را با کمی پنیر، مایه گوشتی و سس خردل و گوجه تزئین می کنیم. در صورتی که پنیر با حرارت ماکارونی ذوب نشده باشد، می توان دیس را چند دقیقه در مایکروویو یا فر قرار داد. اکنون غذا آماده پذیرایی می باشد.

نوش جان



خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

کالری غذا

کالری موجود در ماکارونی با گوشت و پنیر



مقدار کالری موجود در کل این غذا

۵۱۰۰ کیلو کالری

می باشد.



مقدار کالری موجود در یک کاسه
ماست خوری ماکارونی حدود

۳۷۰ کیلو کالری

می باشد.

خروج

مواد لازم

تصویر قبلی