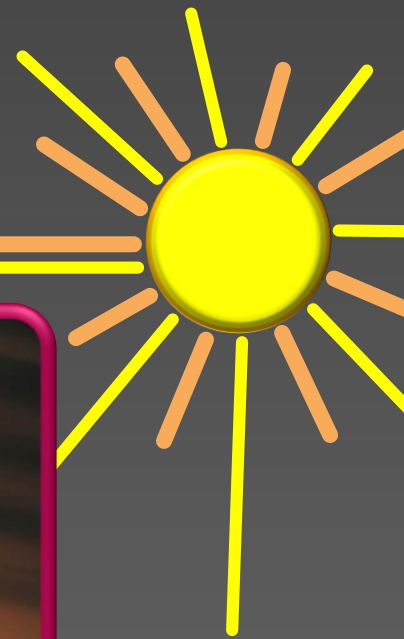


بسم الله الرحمن الرحيم هست کلید در گنج حکیم



Pmdirin.com

سوپیس کباب پیچی



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 سوسیس کباب پیچی



شش قاشق غذاخوری
گوشت چرخ کرده

نمایش تصویر

پنج عدد

سوسیس

کوچک

نمایش تصویر

یک عدد

پیاز

نمایش تصویر

نمک و فلفل

نمایش تصویر

یک فنجان

روغن

نمایش تصویر



با این مقدار مواد لازم
به اندازه ده عدد از
”سوسیس کباب پیچی“
خواهیم داشت.

خروج

تصویر قبلی

کالری غذا

طرز تهیه

مواد لازم برای سوسیس کباب پیچی



یک کاسه ماست خوری گوشت چرخ کرده
معادل ۲۰۰ گرم

خروج

تصویر قبلی

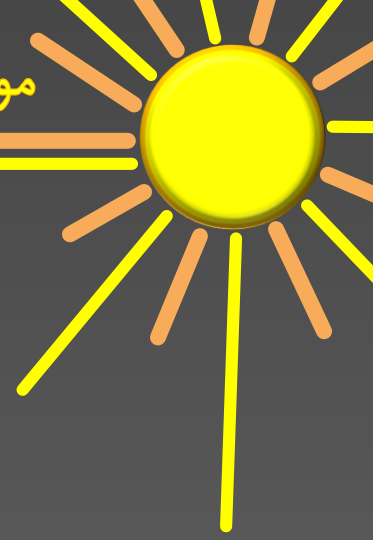
مواد لازم برای سوسیس کباب پیچی



پنج عدد سوسیس کوچک
معادل ۲۵۰ گرم

خروج

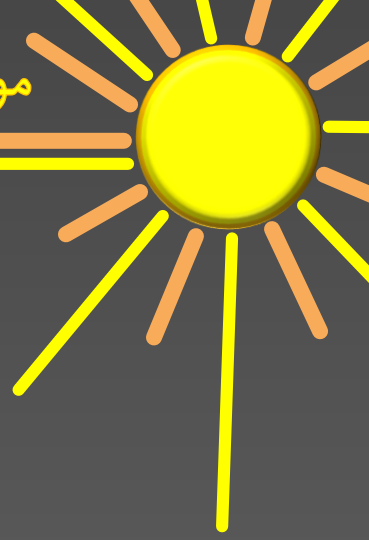
تصویر قبلی



یک فنجان روغن برای سرخ کردن
معادل ۱۰۰ گرم

در این غذا روغن جذب نمی شود و در انتهای پخت،
یک فنجان روغن باقی خواهد ماند.

مواد لازم برای سوسیس کباب پیچی

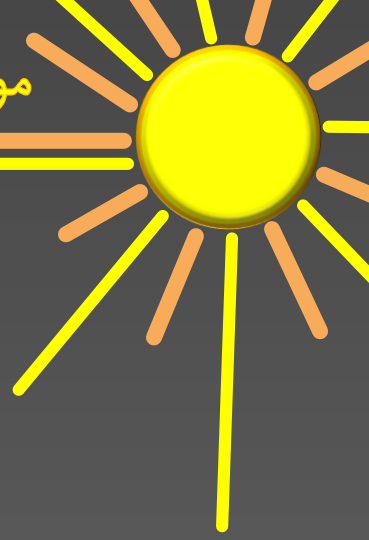


یک عدد پیاز متوسط
معادل صد گرم

خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای سوسیس کباب پیچی

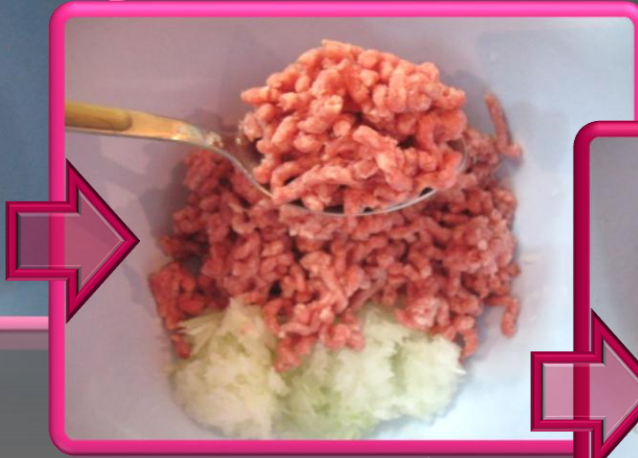
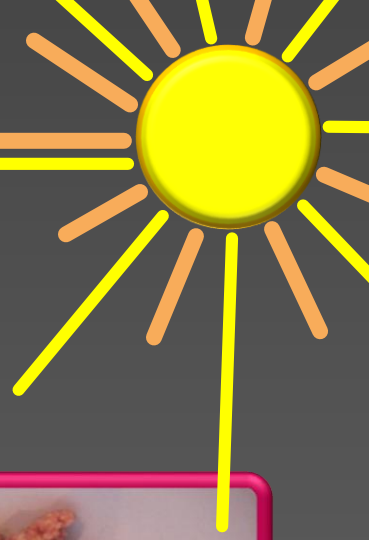


نمک و فلفل به میزان لازم

خروج

تصویر قبلی

طرز تهیه سوسیس کباب پیچی



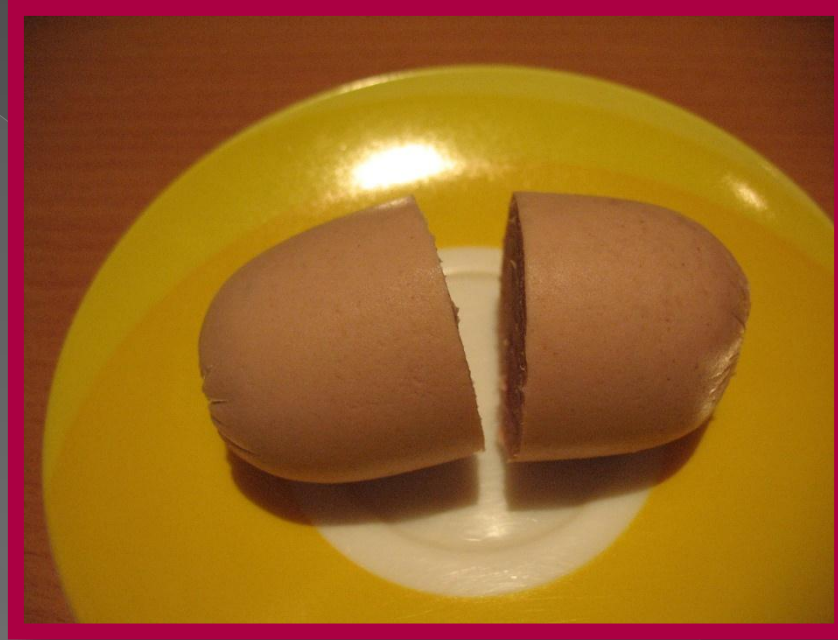
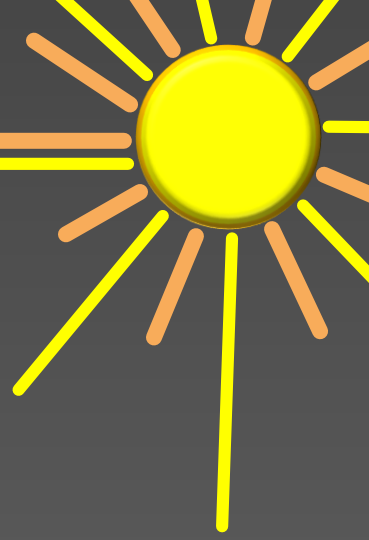
یک عدد پیاز متوسط را رنده کرده، با یک کاسه ماست خوری
گوشت چرخ کرده و کمی نمک و فلفل ورز می دهیم.

خروج

مواد لازم

تصویر بعدی

طرز تهیه سوسیس کباب پیچی



هر سوسیس را به دو قسمت تقسیم می کنیم.

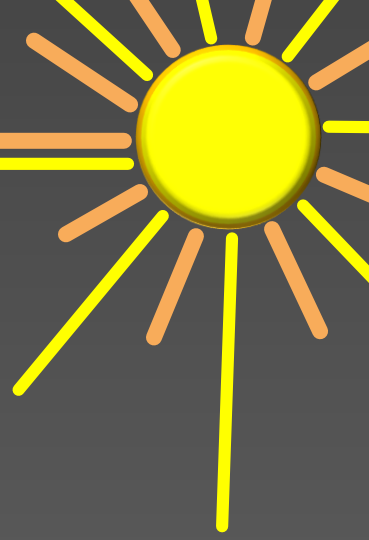
خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

تصویر بعدی

طرز تهیه سوسیس کباب پیچی



یک عدد چوب خلال از وسط آن رد می کنیم و با چاقو آن را به صورت پیچی برش می دهیم.

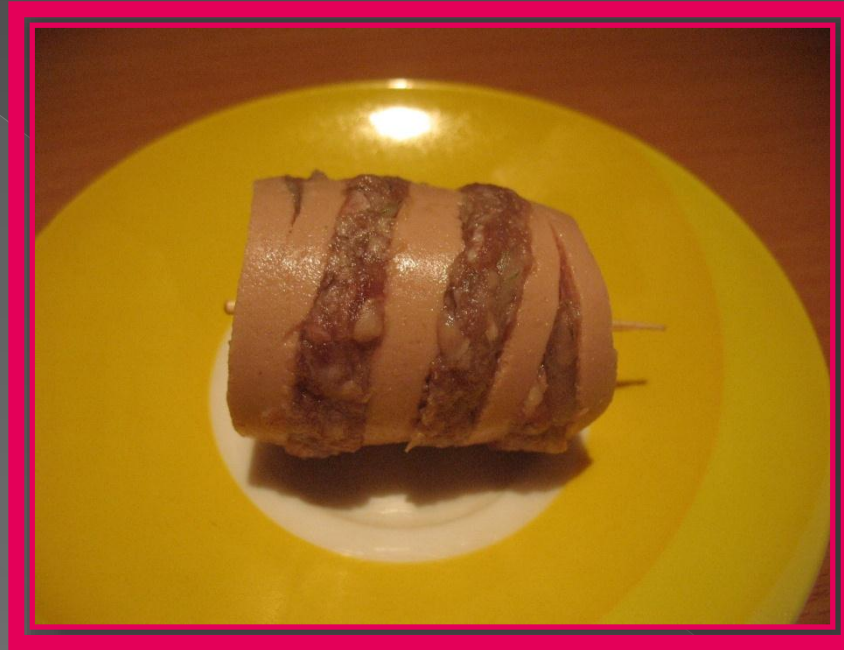
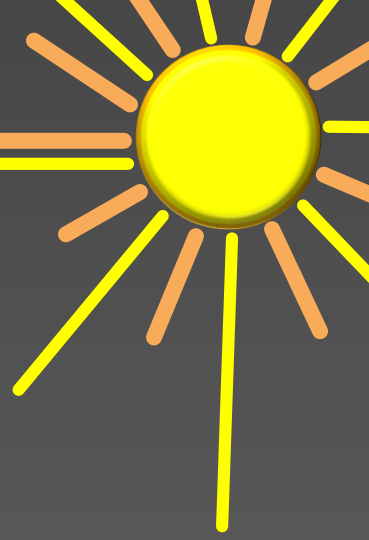
خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

تصویر بعدی

طرز تهیه سوسیس کباب پیچی



گوشتهای ورز داده شده را لای هر تکه سوسیس می پیچیم.

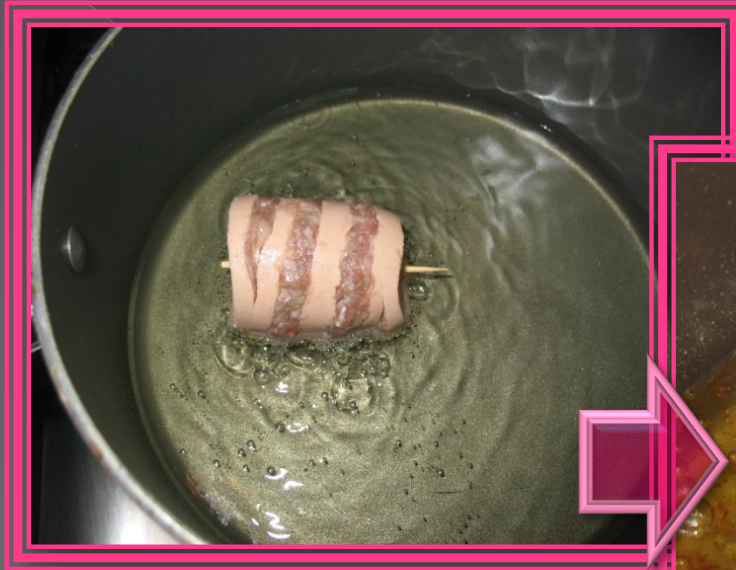
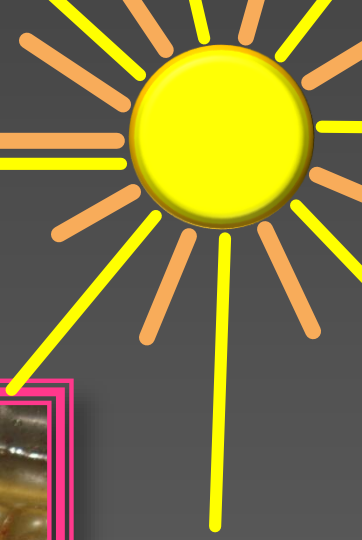
خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

تصویر بعدی

طرز تهیه سوسیس کباب پیچی



و آنها را در روغن داغ شده با شعله کم، سرخ می کنیم.

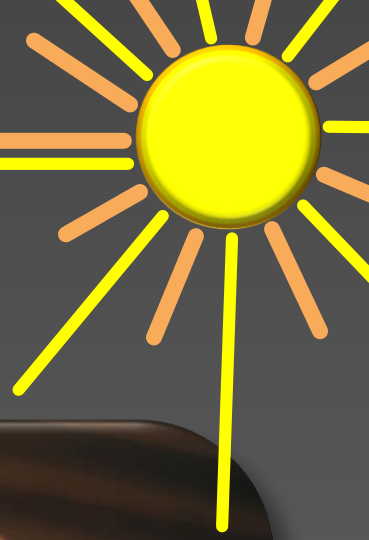
خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

تصویر بعدی

طرز تهیه سوسیس کباب پیچی



سوسیس کباب پیچی
آماده است. آن را می توان
با خیار برش خورده و
گوجه فرنگی تزیین کرد.

نوش جان

خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

کالری غذا



مقدار کالری موجود در
کل این غذا
۱۲۷۰ کیلوکالری
می باشد.

مقدار کالری موجود در یک عدد
سوسیس کباب پیچی
۱۳۰ کیلوکالری
می باشد.