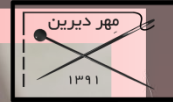


بسم الله الرحمن الرحيم هست کلید در گنج حکیم



Pmdirin.com



ترشی به و چغندر

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

خروج

کالری ترشی

مواد لازم

مواد لازم برای ترشی به و چغندر



با این مقدار مواد لازم به اندازه
چهار کاسه ماست خوری از
"ترشی به و چغندر" خواهیم
داشت.

وسایل لازم

نمایش تصویر

نیم کیلو
چغندر
نمایش تصویر

نیم کیلو
به
نمایش تصویر

نصف قاشق چایخوری
زعفران آسیاب شده
نمایش تصویر

یک بوته کوچک
سیر
نمایش تصویر

یک لیتر
سرکه
نمایش تصویر

خروج

تصویر قبلی

کالری ترشی

طرز تهیه

مواد لازم برای ترشی به و چغندر



حدود چهار لیوان سرکه (یک لیتر)

به حدی که روی ترشی را بگیرد.

برای هر چهار لیوان سرکه یک قاشق
غذاخوری نمک استفاده می کنیم.



خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای ترشی به و چغندر



یک بوته کوچک سیر



و در صورت دلخواه یک
کاسه ماست خوری ساقه
گرفس

خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای ترشی به و چغندر



نصف قاشق
چایخوری زعفران
آسیاب شده

خروج

تصویر قبلی

وسایل لازم برای ترشی به و چغندر



قالبهای مختلف شیرینی نخودچی

خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای ترشی به و چغندر



نیم کیلو به درشت
تقریباً معادل دو عدد به درشت

خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای ترشی به و چغندر



نیم کیلو چغندر
تقریباً معادل دو عدد چغندر درشت

خروج

تصویر قبلی

طرز تهیه ترشی به و چغندر



نیم کیلو به را پوست کنده، به قطر یک سانت
برشهای عرضی می زنیم. بعد مطابق شکل، با
قالبهای شیرینی، شکلهای مختلفی درست می کنیم.

خروج

مواد لازم

تصویر بعدی

طرز تهیه ترشی به و چغندر



نصف قاشق چایخوری زعفران را همراه نصف فنجان آب، روی کتری در حال جوش ده دقیقه دم می کنیم. تکه های به قالب زده را در یک بطری ریخته، زعفران دم کرده را به آن اضافه می کنیم. با مخلوط سرکه و نمک (چهار لیوان سرکه و یک قاشق غذاخوری نمک) ظرف ترشی را پر می کنیم. در ظرف را بسته، در دمای اتاق نگهداری می کنیم. بعد از دو هفته ترشی به زعفرانی آماده پذیرایی می باشد.

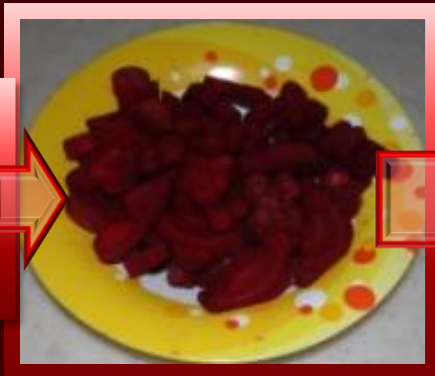
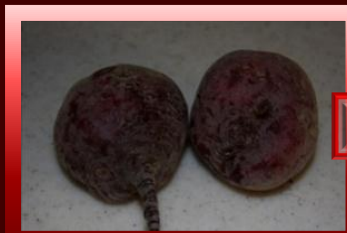
خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

تصویر بعدی

طرز تهیه ترشی به و چغندر



نیم کیلو چغندر را پوست کنده، به قطر یک سانت برش های عرضی می زنیم و با قالب های شیرینی، آن را قالب و به قالب زده را در ظرف ترشی ریخته، چند حبه سیر به آن اضافه می کنیم. با مخلوط سرکه و نمک روی ترشی را پر کنیم و در آن را بسته برای مدت دو هفته آن را در دمای اتاق نگهداری می کنیم تا ترشی آماده استفاده شود. کل ترشی بعد از آماده شدن، قرمز می شود.

خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

تصویر بعدی

طرز تهیه ترشی به و چغندر



برای اینکه ترشی چغندر طعم بهتری بگیرد، می توان مقداری ساقه کرفس به آن اضافه کرد.

خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

تصویر بعدی

طرز تهیه ترشی به و چغندر



نوش
جان

خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

کالری ترشی

کالری موجود در ترشی به و چغندر



مقدار کالری موجود در یک کاسه
ماست خوری از ترشی به حدوداً
۶۰ کیلو کالری می باشد.



مقدار کالری موجود در یک کاسه
ماست خوری از ترشی چغندر حدوداً
۹۰ کیلو کالری می باشد.

خروج

مواد لازم

تصویر قبلی