

بسم الله الرحمن الرحيم هست کلید در گنج حکیم



Pmdirin.com

ترشی کلم قرمز

دستی در ماه رمضان

خروج

کالری ترشی

مواد لازم



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

مواد لازم برای ترشی کلم قرمز



با این مقدار مواد لازم
حدود یک ظرف یک لیتری
از "ترشی کلم قرمز"
خواهیم داشت.

یک قاشق غذاخوری

شکر

نمایش تصویر

یک قاشق غذاخوری

نمک

نمایش تصویر

دو لیوان

سرکه

نمایش تصویر

یک عدد کوچک

کلم قرمز

نمایش تصویر

خروج

تصویر قبلی

کالری ترشی

طرز تهیه

مواد لازم برای ترشی کلم قرمز



یک قاشق غذاخوری
شکر
حدود ۲۰ گرم



خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای ترشی کلم قرمز



یک قاشق غذاخوری نمک
حدود ۲۵ گرم

خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای ترشی کلم قرمز



حدود دو لیوان
سرکه
به حدی که روی
ترشی را بگیرد.



خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای ترشی کلم قرمز



یک عدد کلم قرمز کوچک
حدود ۴۰۰ گرم

خروج

تصویر قبلی

طرز تهیه ترشی کلم قرمز



کلم قرمز را شسته، خرد می کنیم
و در یک ظرف شیشه ای حدوداً
یک لیتری می ریزیم.



خروج

مواد لازم

تصویر بعدی

طرز تهیه ترشی کلم قرمز



یک قاشق غذاخوری شکر و یک قاشق
غذاخوری نمک را اضافه کرده، سرکه روی
آن می ریزیم تا روی کلم را بگیرد. در آن
را بسته تا سه روز بیرون یخچال بماند.
بعد از آن ترشی آماده استفاده می باشد.



خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

تصویر بعدی

طرز تهیه ترشی کلم قرمز



نوشتن جان



خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

کالری ترشی

کالری موجود در ترشی کلم قرمز



مقدار کالری موجود در یک
کاسه ماست خوری ترشی کلم
قرمز حدوداً
۱۰۰ کیلوکالری می باشد.



مقدار کالری موجود در کل ترشی حدوداً
۲۰۰ کیلوکالری
می باشد.

خروج

مواد لازم

تصویر قبلی