

بورانی بادبجان کبابی

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



خروج

کالری
بورانی

مواد لازم

مواد لازم برای تهیه بورانی بادنجان کبابی



با این مقدار مواد لازم یک کاسه
ماست خوری از "بورانی بادنجان
کبابی" خواهیم داشت.



یک قاشق غذاخوری
بادنجان کبابی
کوبیده شده
نمایش تصویر

چهار قاشق غذاخوری
ماست پرچرب
نمایش تصویر

یک چهارم
قاشق چایخوری
پودر موسیر
نمایش تصویر

به میزان لازم
نمک
نمایش تصویر

خروج

تصویر قبلی

کالری
بورانی

طرز تهیه

مواد لازم برای تهیه بورانی بادنجان کبابی



چهار قاشق
غذاخوری
ماست پرچرب یا
چکیده



خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای تهیه بورانی بادنجان کبابی



نمک به
میزان لازم

خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای تهیه بورانی بادنجان کبابی



یک قاشق غذاخوری
بادنجان کبابی کوبیده شده



خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای تهیه بورانی بادنجان کبابی



یک چهارم قاشق چایخوری پودر موسیر

خروج

تصویر قبلی

طرز تهیه بورانی بادنجان کبابی



چهار قاشق غذاخوری ماست پرچرب یا چکیده را با یک قاشق غذاخوری بادنجان کبابی کوبیده شده مخلوط می کنیم. یک چهارم قاشق چایخوری پودر موسیر و کمی نمک اضافه کرده، کاملاً هم می زنیم.



خروج

مواد لازم

تصویر بعدی

طرز تهیه بورانی بادنجان کبابی



بورانی بادنجان کبابی آماده می باشد.

نوش جان



خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

کالری
بورانی

کالری موجود در بورانی بادنجان کبابی



مقدار کالری موجود در
یک کاسه ماست خوری کوچک از
بورانی حدوداً
۱۵۰ کیلو کالری می باشد.

خروج

مواد لازم

تصویر قبلی