

بسم الله الرحمن الرحيم هست کلید در گنج حکیم

# فوری



خروج

کالری دسر

مواد لازم

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



Pmdirin.com

## مواد لازم برای تهیه فرنی



با این مقدار مواد لازم  
به اندازه دو الی دو و نیم  
کاسه بستنی خوری از  
"فرنی" خواهیم داشت.



۴۰ گرم

**آرد برنج**

نمایش تصویر

نیم کیلوگرم

**شیر**

نمایش تصویر

در صورت دلخواه

طعم دهنده مثل :

**زعفران، پودر نسکافه یا کاکائو**

نمایش تصویر

۸۰ گرم

**گلاب**

نمایش تصویر

صد گرم

**شکر**

نمایش تصویر

خروج

تصویر قبلی

کالری دسر

طرز تهیه

## مواد لازم برای تهیه فرنی



در صورت دلخواه  
استفاده از طعم دهنده ها مثل :



یک قاشق غذاخوری  
زعفران آب کرده غلیظ  
برای تهیه هر یک کاسه  
بستنی خوری از فرنی



یک قاشق غذاخوری  
نسکافه  
برای تهیه هر یک کاسه  
بستنی خوری از فرنی



یک قاشق مرباخوری پودر کاکائو  
برای تهیه هر یک کاسه بستنی خوری از  
فرنی

خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای تهیه فرنی



دو قاشق غذاخوری آرد برنج  
معادل چهل گرم

خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای تهیه فرنی



صد گرم شکر  
معادل شش قاشق غذاخوری یا  
یک لیوان سرخالی

خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای تهیه فرنی



نیم کیلو گرم شیر  
معادل دو لیوان سرپر



خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای تهیه فرنی



یک سوم لیوان  
گلاب  
معادل هشتاد گرم



خروج

تصویر قبلی

## طرز تهیه فرنی



دو قاشق غذاخوری آرد برنج (۴۰ گرم) را با شش قاشق غذاخوری شکر (۱۰۰ گرم) مخلوط کرده، دو لیوان شیر سرد (نیم کیلوگرم) را به آن اضافه کرده، هم می زنیم. سپس آن را روی شعله متوسط گذاشته، مرتب هم می زنیم تا قوام آید.

خروج

مواد لازم

تصویر بعدی



# طرز تهیه فرنی



یک سوم لیوان گلاب (۸۰ گرم) را اضافه کرده، هم می زنیم تا مایه یکدست شده، فرنی سفید آماده شود. آن را در ظرف پذیرایی کشیده، سرد یا گرم مصرف می کنیم.



خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

تصویر بعدی

# طرز تهیه فرنی



برای تهیه فرنی زعفرانی، یک قاشق غذاخوری زعفران آب کرده غلیظ را به یک لیوان فرنی سفید داغ اضافه کرده، هم می زنیم و در ظرف پذیرایی می کشیم.

خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

تصویر بعدی

# طرز تهیه فرنی



برای تهیه فرنی نسکافه ای، یک قاشق غذاخوری نسکافه را در یک قاشق غذاخوری آب جوش حل کرده، به یک لیوان فرنی سفید داغ اضافه کرده، هم می زنیم تا فرنی نسکافه ای آماده پذیرایی شود.



خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

تصویر بعدی

# طرز تهیه فرنی



برای تهیه فرنی کاکائویی، یک قاشق مرباخوری کاکائو را در یک قاشق غذاخوری آب جوش حل کرده، به یک لیوان فرنی سفید داغ اضافه کرده، هم می زنیم تا فرنی کاکائویی آماده پذیرایی شود.

خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

تصویر بعدی

# طرز تهیه فرنی



فرنی با طعم های مختلف آماده پذیرایی می باشد.

## نوش جان

خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

کالری دسر

## کالری موجود در فرنی



مقدار کالری موجود در کل فرنی  
(دو لیوان فرنی) حدود  
**۹۰۰ کیلوکالری**  
می باشد.



مقدار کالری موجود در یک کاسه  
بستنی خوری از فرنی حدود  
**۴۵۰ کیلوکالری**  
می باشد.

خروج

مواد لازم

تصویر قبلی