بسم اللّه الرحمن الرحیم هست کلید در گنج حکیم

شله زرد

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

مواد لازم

کالری دسر

خروج

Pmdirin.com

مواد لازم برای تهیه شله زرد

با این مقدار مواد لازم حدود ده کاسه ماست خوری از "شله زرد" خواهیم داشت.

یک لیوان
برنج
نمایش تصویر

دو و نیم لیوان
شکر
نمایش تصویر

نصف لیوان
گلاب
نمایش تصویر

نصف قاشق غذاخوری
آرد برنج
نمایش تصویر

یک قاشق چایخوری
زعفران ساییده
نمایش تصویر

۲۵ گرم
کره
نمایش تصویر

نصف قاشق چایخوری
پودر هل یا وانیل
نمایش تصویر

۸ لیوان
آب
نمایش تصویر

یک لیوان
خلال بادام
نمایش تصویر

برای تزئین
خلال پسته و دارچین
نمایش تصویر

طرز تهیه | کالری دسر | تصویر قبلی | خروج

حدود ۸ لیوان آب

مواد لازم برای تهیه شله زرد

یک بسته کره

۲۵ گرمی

یا نصف یک بسته کره

۵۰ گرمی

تصویر قبلی

خروج

مواد لازم برای تهیه شله زرد

یک قاشق غذاخوری
خلال پسته
و یک قاشق چایخوری
دارچین
برای تزئین

تصویر قبلی

خروج

مواد لازم برای تهیه شله زرد

نصف لیوان گلاب

معادل صد گرم

خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای تهیه شله زرد

یک قاشق چایخوری
زعفران ساییده شده
(آسیاب شده با شکر)

تصویر قبلی

خروج

مواد لازم برای تهیه شله زرد

یک لیوان برنج
معادل ۱۸۰ گرم

تصویر قبلی

خروج

نصف قاشق غذاخوری آرد برنج

معادل ۸ گرم

تصویر قبلی
خروج

مواد لازم برای تهیه شله زرد

یک لیوان خلال بادام

معادل صد گرم

تصویر قبلی

خروج

مواد لازم برای تهیه شله زرد

نصف قاشق چایخوری پودر هل
یا نصف قاشق چایخوری وانیل

تصویر قبلی

خروج

مواد لازم برای تهیه شله زرد

دو و نیم لیوان شکر
معادل ۵۰۰ گرم

برای تهیه شله زرد
کم شیرین :
دو لیوان شکر
معادل ۴۰۰ گرم
نیاز می باشد.

تصویر قبلی

خروج

طرز تهیه شله زرد

یک لیوان برنج را شسته، با ۸ لیوان آب، بدون نمک، به مدت یک شب خیس می کنیم. بعد آب و برنج را روی شعله گذاشته، جوش می آوریم. سپس برای دو ساعت با شعله کم می کنیم و چندین بار آن را هم می زنیم تا برنج کاملاً له شود و لعاب بیاندازد و مغز برنج پخته شود.

تصویر بعدی
مواد لازم
خروج

طرز تهیه شله زرد

یک قاشق چایخوری زعفران را با یک چهارم لیوان آب، ده دقیقه روی کتری در حال جوش گذاشته تا دم بکشد.

طرز تهیه شله زرد

نصف قاشق چایخوری پودر هل را با یک چهارم لیوان آب، ده دقیقه روی کتری در حال جوش گذاشته تا دم بکشد. بعد آن را از صافی رد می کنیم. به جای آب پودر هل صاف شده می توان از نصف قاشق چایخوری وانیل استفاده کرد.

طرز تهیه شله زرد

نصف قاشق غذاخوری آرد برنج را در نصف لیوان آب سرد حل می کنیم.

طرز تهیه شله زرد

زعفران دم کشیده، آب هل صاف شده یا وانیل، گلاب، آرد برنج حل شده و شکر را به برنج پخته شده اضافه کرده، هم می زنیم تا ده الی پانزده دقیقه دیگر با شعله کم دم بکشد و جا بیفتد.

طرز تهیه شله زرد

شعله را خاموش می کنیم و کره را اضافه کرده، هم می زنیم. اگر شله زرد سفت باشد، می توان به آن گلاب یا آب اضافه کرد. (برای تشخیص میزان سفتی شله زرد می توان کمی از آن را در یخچال گذاشت تا میزان سفتی شله زرد را بعد از سرد شدن بیازماییم) بعد از کمی سرد شدن، خلال بادام به آن اضافه کرده، هم می زنیم و در ظرف پذیرایی می کشیم.

طرز تهیه شله زرد

با دارچین یا خلال پسته و بادام می توان شله زرد را تزئین نمود و آن را سرد یا گرم میل کرد.

نوش جان

کالری دسر
تصویر قبلی
مواد لازم
خروج

کالری موجود در شله زرد

مقدار کالری موجود در
کل شله زرد حدوداً
۳۱۵۰ کیلو کالری
می باشد.

مقدار کالری موجود در
یک کاسه ماست خوری از شله زرد حدوداً
۳۱۵ کیلو کالری می باشد.