

بسم الله الرحمن الرحيم هست کلید در گنج حکیم

نار گیلی

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



Pmdirin.com

خروج

کالری
شیرینی

مواد لازم

مواد لازم برای تهیه شیرینی نارگلی



با این مقدار مواد لازم
حدود ۸۰ الی ۱۰۰ عدد
شیرینی "نارگلی" خواهیم
داشت.

۳۰ گرم

شیر

نمایش تصویر

یک قاشق

مرباخوری سرپر

بکینگ پودر

نمایش تصویر

دو قاشق غذاخوری

پودر پسته

نمایش تصویر

۲۳۵ گرم

پودر شکر

نمایش تصویر

۱۵۰ گرم

کره

نمایش تصویر

یک

قاشق چایخوری

وانیل

نمایش تصویر

پنج عدد

تخم مرغ

نمایش تصویر

۱۱۰ گرم

پودر نارگيل

نمایش تصویر

۳۰۰ الی ۴۰۰ گرم

آرد گندم

نمایش تصویر

وسایل لازم

نمایش تصویر

خروج

تصویر قبلی

کالری

شیرینی

طرز تهیه

مواد لازم برای تهیه شیرینی نارگلی



دو عدد تخم مرغ کامل
و سه عدد سفیده تخم مرغ

خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای تهیه شیرینی نارگلی



نصف قاشق چایخوری وانیل برای خمیر شیرینی
و نصف قاشق چایخوری برای قسمت روی شیرینی

خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای تهیه شیرینی نارگلی



۲۳۵ گرم پودر شکر

۸۵ گرم پودر شکر برای تهیه خمیر شیرینی
و ۱۵۰ گرم برای تهیه قسمت رویی شیرینی

خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای تهیه شیرینی نارگیلی



یک قاشق مرباخوری بکینگ پودر
معادل ۶ گرم

خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای تهیه شیرینی نارگلی



۱۵۰ گرم کره

یک و نیم بسته کره صد گرمی

خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای تهیه شیرینی نارگلی



۳۰۰ الی ۴۰۰ گرم آرد گندم
حدود ۲۰ قاشق غذاخوری سرپر

خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای تهیه شیرینی نارگلی



۳۰ گرم شیر
حدود سه قاشق غذاخوری

خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای تهیه شیرینی نارگیلی



صد و ده گرم پودر نارگیل

حدود یک و نیم لیوان

یا ۱۱ قاشق غذاخوری

خروج

تصویر قبلی

مواد لازم برای تهیه شیرینی نارگیلی



دو قاشق
غذاخوری
پودر پسته
معادل ۲۰ گرم



خروج

تصویر قبلی

وسایل لازم برای تهیه شیرینی نارگیلی



قالب شیرینی



همزن برقی



تخته و وردنه برای باز کردن خمیر

خروج

تصویر قبلی

طرز تهیه شیرینی نارگیلی



۸۵ گرم شکر، ۱۵۰ گرم کره (که در
دمای اتاق نرم شده است) و نصف
قاشق چایخوری وانیل را با همزن برقی
هم می زنیم تا کرم مانند شود.

خروج

مواد لازم

تصویر بعدی

طرز تهیه شیرینی نارگلی



یک تخم مرغ اضافه کرده و سی ثانیه هم می
زنیم و بعد تخم مرغ دوم را اضافه کرده و باز
سی ثانیه هم می زنیم و بعد شیر را اضافه کرده،
هم می زنیم. ۳۰۰ گرم آرد و یک قاشق
مرباخوری بکینگ پودر را با هم مخلوط کرده،
کم کم به مواد اضافه کرده، هم می زنیم.

خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

تصویر بعدی

طرز تهیه شیرینی نارگلی



خمیر را ورز می دهیم. اگر خمیر به دست میچسبید، آنقدر آرد اضافه می کنیم تا خمیر به دست نچسبد. سپس کمی آرد روی تخته پاشیده و خمیر را با وردنه به قطر ۲ الی ۳ میلیمتر باز می کنیم.

خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

تصویر بعدی

طرز تهیه شیرینی نارگلی



با قالب های شیرینی از خمیر جدا
کرده، با کمی فاصله در سینی فر
می چینیم.



خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

تصویر بعدی

طرز تهیه شیرینی نارگلی



سه عدد سفیده تخم مرغ را جدا کرده، با همزن برقی می زنیم تا کاملاً کف کرده و از ظرف نریزد. (باید مواظب بود که یک قطره از زرده وارد سفیده نشود که در اینصورت نتیجه مطلوب نخواهد بود)

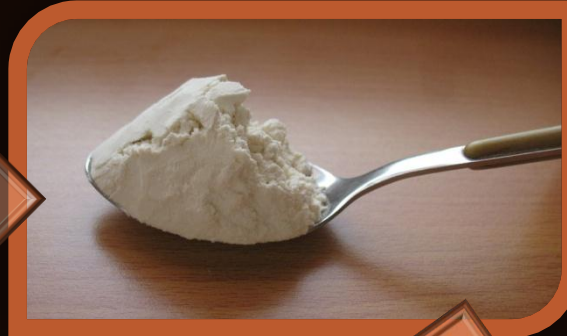
خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

تصویر بعدی

طرز تهیه شیرینی نارگلی



۱۵۰ گرم پودر شکر را کم کم اضافه کرده به هم زدن ادامه می دهیم تا سفیده تخم مرغ کشدار شود. سپس یک قاشق غذاخوری سرپر آرد گندم را اضافه کرده، هم می زنیم.

خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

تصویر بعدی

طرز تهیه شیرینی نارگیلی



نصف قاشق چایخوری وانیل و یک
و نیم لیوان پودر نارگیل (۱۱۰
گرم) را کم کم اضافه کرده، با
لیسک یا یک قاشق هم می زنیم تا
مایه شیرینی آماده شود.

خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

تصویر بعدی

طرز تهیه شیرینی نارگیلی



مطابق شکل از مایه شیرینی
نارگیلی روی خمیرهای قالب زده
می ریزیم و در آخر روی هر
شیرینی کمی پودر پسته می
پاشیم.

خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

تصویر بعدی

طرز تهیه شیرینی نارگیلی



از نیم ساعت قبل فر را با حرارت متوسط (۱۶۰ الی ۱۸۰ درجه سانتیگراد) روشن کرده، سینی را در طبقه بالای فر، برای مدت ۱۵ الی ۲۰ دقیقه قرار می دهیم تا شیرینی پخته و کمی طلایی شود. سپس سینی را از فر درآورده تا کمی سرد شود. بعد از کمی سرد شدن، شیرینی به راحتی از سینی جدا می شود. آن را درآورده، در یخچال می گذاریم تا کاملاً سرد شود.

خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

تصویر بعدی

طرز تهیه شیرینی نارگلی



شیرینی آماده
پذیرایی است.

نوش جان

خروج

مواد لازم

تصویر قبلی

کالری
شیرینی

کالری موجود در شیرینی نارگلی



مقدار کالری موجود
در کل شیرینی حدود

۴۵۰۰

کیلوکالری

می باشد.



مقدار کالری موجود در یک عدد شیرینی
نسبتاً کوچک (تقریباً به قطر ۵ سانت) حدود

۴۵ کیلوکالری

می باشد.

خروج

مواد لازم

تصویر قبلی