فرشته یوسفی زاده

پاستا پنه مرغ با اسفناج

مواد لازم:

سینه مرغ ..... ۲یا۳ تکه به شکل نوار برش داده شده
پیاز خلال شده ..... ۱ عدد
سیر خرد شده ..... ۳ حبه
نمک ..... ۲ قاشق چایخوری
فلفل سیاه نیم کوبیده..... ۲ قاشق چایخوری
خامه صبحانه درصورت تمایل..... ۲قاشق
شیر ..... به مقدار لازم
پنیرپارمسان ..... به مقدارلازم
اسفناج خرد شده ..... به مقدارلازم
پاستا پنه پخته شده..... ۳۴۰ گرم

طرز تهیه:

روغـن را در قابلمـه‌ای روی حـرارت زیـاد گـرم می‌کنیم.تکه‌هـای مـرغ را اضافه کـرده و تا زمانی که رنـگ خامی (صورتی) آنها گرفته شـود، سـرخ می‌کنیـم. پیـاز، سـیر، نمـک و فلفـل و زنجبیل را اضافه کرده و تا زمانی که پیازها شفاف و نرم شوند، تفت می‌دهیم. اسـفناج خرد شـده به مقدار لازم می‌ریزیـم و بـا مرغ تفـت می‌دهیم. بعد شـیر به مقدار لازم می‌ریزیم تا با مواد باهم بجوشد و وقتی جـوش آمـد پاسـتای از قبـل آبکش شـده (خیلی نرم نشـود) را به آن اضافه می‌کنیم تا پاسـتا پخته شـود و آب شـیر گرفته شـود. خامه دو یا سه قاشق اضافـه می‌کنیم و بعـد مقداری پنیر پارمسـان به آن اضافـه می‌کنیم و هم می‌زنیم. همه مواد را در یک ظرف جداگانه که کمی چرب کردیم می‌ریزیم و پنیـر پیتـزا رویش می‌ریزیم و در فـر با ۱۸۰ درجه سانتیگراد می‌گذاریم تا زمانی که پنیر آب شود.

نکته:

می‌توانید بدون پنیر پیتزا با همان پارمسـانی که روی غذا ریختید سرو کنید.

شیرین حسن‌پور

ارانچینی (کوفته‌برنج پنیری)

مواد لازم:

برنج دانه گرد.....۱ پیمانه
گوشت چرخ کرده..... ۱۰۰ گرم
فلفل دلمه‌ای..... نصف یک عدد
قارچ ..... ۷ عدد
پیاز..... ۱ عدد
پنیرپیتزا ..... ۵۰ گرم
نمک و زردچوبه و رب گوجه فرنگی..... به میزان لازم
تخم مرغ..... ۱ عدد
آرد سوخاری ..... به میزان لازم

مواد لازم برای تهیه سس مارینا:

فلفل قرمز.....به مقدار لازم
فلفل سیاه ..... سه چهارم قاشق چایخوری
نمک.....یک پنجم قاشق چایخوری
سیر ..... ۲ حبه خرد شده
روغن زیتون..... ۲ قاشق غذاخوری
گوجه فرنگی ..... یک و نیم کیلو

ترش و شیرین

مریم بهادرییگی

ترشی بندری

مواد لازم:

گوجه فرنگی گوشتی و سفت.....۵ کیلو
گل کلم.....یک عدد متوسط
بِه نگینی خرد شده.....۳ لیوان
هویج نگینی خرد شده.....۴ لیوان
سیب‌زمینی ترشی نگینی خرد شده.....۲ لیوان
بادمجان با پوست خرد شده.....۳ لیوان
ساقه کرفس خرد شده.....۳ لیوان
خیار چنبر..... ۳ لیوان
فلفل تند.....۸ عدد
سیر پوره شده.....نصف لیوان
موسیر ریز خرد شده یا پوره شده.....نصف تا یک لیوان
تمبرهندی.....یک بسته
رب انار.....نصف لیوان
ادویه ترشی (گلپر_پودر گشنیز_فلفل سیاه_زردچوبه)..... ۲ تا ۳ قاشق سوپخوری
نمک.....۴ تا ۶ قاشق چایخوری
سرکه.....به میزان لازم
رب گوجه فرنگی..... ۲ قاشق غذاخوری
در صورت دلخواه

طرز تهیه:

سـبزیجات را شسـته و ریز خـرد کنیـد. روی پارچه تمیـزی بریزید و اجـازه دهید آب اضافی آنها خشـک شـود. یک قابلمه بـزرگ را با آب پر کنید و روی حرارت بگذارید تا جوش بیاید.گوجه فرنگی‌های شسـته شـده را در آب جوش بریزید و ۵ دقیقه بجوشانید. سپس از آب‌جوش خارج کرده و در یک کاسـه که با آب یخ پر کردید بریزید. این شوک آب سرد باعث می‌شود به راحتی پوست گوجه جدا شود. پوسـت و تخمه‌های گوجه را جدا کنید و گوشـت گوجه را با دسـتگاه غذاساز پوره کنید.

پـوره گوجه را در قابلمه بزرگی بریزید و اجازه دهید بجوشـد و کمی غلیظ شـود. در صورت تمایل می‌توانیـد رب گوجه فرنگی را هم به پوره گوجه اضافه کنید.

پوره گوجه‌فرنگی که کمی غلیظ شد یکی یکی سبزیجات خرد شده را اضافه کنید. اول از سبزیجات سفت‌تر شروع کنید و در آخر سبزیجات نرم‌تـر را اضافه کنید. مثلاً هویـج و کرفس را اول بریزید و خیار چنبر را آخر و... لازم نیسـت سبزیجات کاملاً پخته و نرم شوند. پس بیش از حد نپزید چون بعد له می‌شـوند.تمبرهندی را در کاسه‌ای بریزید و یکـی دو لیـوان سـرکه اضافه کنید. این کار را دو سـه سـاعت زودتر انجام دهید تا خوب نرم شوند. سپس از صافی ریز رد کنید تا عصاره تمبرهندی از هسـته‌هایش جدا شـود. عصاره تمبر، رب انار، نمک و ادویه‌ها را هم اضافه کنید. دو سـه لیوان سـرکه را هم کم کم اضافه کنید تا به غلظت مناسـبی برسد. اگر دوست دارید ترشی خیلی تند باشـد به ادویه‌ها فلفـل قرمز هم اضافه کنیـد. می‌توانید فلفل‌های تند را حلقه حلقه کرده و اضافه کنید. به این شکل ترشی خیلی تند نمی‌شـود. تعـداد فلفل‌ها بسـتگی به ذائقـه خودتـان دارد. نمک و ادویه ترشی را اندازه کنید چون اینم کاملاً سلیقه‌ای است و می‌توانید با چشیدن متوجه شوید. بعد در ظرف را ببندید.