



۱۰ هزار تومان



کمتر از



حلوای شیر

روشن به جای تیره



این حلوای خوشمزه و مقوی هم تنوعی در خوراکی‌های سفره افطار یا سحری ایجاد می‌کند هم می‌تواند در ایام روزه‌داری کمک کند تا در طول روز کمتر گرسنه شده و ضعف نکنیم.



طرز تهیه



نشاسته را در ۴ لیوان آب ریخته، حل کرده و از صافی رد می‌کنیم. آرد برنج را هم در شیر که حتما باید سرد باشد ریخته، حل کرده و از صافی رد می‌کنیم. سپس دو مایع را در قابلمه مناسبی ریخته، با هم مخلوط کرده و شکر، کره و روغن را به آنها اضافه کرده و روی حرارت کم می‌گذاریم و تا وقتی که مایع به جوش آید و غلیظ شود مدام هم می‌زنیم تا نجسید و نسوزد. چند دقیقه قبل از برداشتن حلوای از روی حرارت گلاب را اضافه کرده و کمی هم می‌زنیم. سپس بعد از کمی خنک شدن این حلوای خوشمزه با طعم متفاوت را در ظرف مناسبی ریخته و با انواع خلال تزئین کرده و سرو می‌کنیم.

مواد اولیه



- ۱ آرد برنج: نصف لیوان (۲۰۰۰ تومان)
- ۲ گلاب: نصف لیوان (۱۰۰۰ تومان)
- ۳ شیر: ۳ لیوان (۳۰۰۰ تومان)
- ۴ شکر: نصف لیوان (۱۰۰۰ تومان)
- ۵ نشاسته: نصف لیوان (۱۰۰۰ تومان)
- ۶ آب: ۴ لیوان
- ۷ کره و روغن: به میزان لازم
- ۸ خلال بادام یا خلال پسته برای تزئین: به میزان دلخواه

نکات آشپزی



به دلیل استفاده از کره یا روغن بهتر است از شیر کم چرب استفاده کنیم تا حلوای خیلی چرب نشده و طعم بهتری بگیرد.

۵۰ دقیقه



کمتر از



طرز تهیه بنیه خرما

راه و رسم قوی ماندن



همزمانی ماه مبارک رمضان با شرایط قرمز کرونا وضعیت را حساس کرده و باید خیلی حواسمان به سلامت مان باشد که کم نیاورده و بتوانیم روزه و اعمال این ماه را دقیق و به نحو احسن انجام دهیم. این موضوع علاوه بر رعایت موارد بهداشتی و... مستلزم داشتن تغذیه‌ای مقوی است و بنیه خرما می‌تواند یک گزینه خوب و عالی باشد.



طرز تهیه



خرماها را شسته و پوست و هسته آنها را جدا می‌کنیم. پوست گردوها را هم گرفته و در خرماها گذاشته و کنار می‌گذاریم. تخم مرغ را در ظرف گودی ریخته و کمی با چنگال می‌زنیم بعد پودر دارچین، بکینگ پودر، شیر، پودر قند و زعفران دمکرده را به آن اضافه کرده و دوباره هم می‌زنیم. حالا آرد را کم کم اضافه کرده و به هم زدن ادامه می‌دهیم تا مایعی یکدست و به شلی ماست به دست آید. در قابلمه گودی کمی روغن ریخته و روی حرارت می‌گذاریم و وقتی داغ شد خرماها را دانه دانه در مایع می‌غلطانیم و در روغن انداخته و سرخ می‌کنیم. سپس آنها را روی دستمال کاغذی یا سبذقلزی می‌گذاریم تا روغن اضافه اش گرفته شود. در نهایت خرماها را در ظرف مناسبی چیده و داغ سرو می‌کنیم.

مواد لازم



- ۱ خرما: ۲۰ عدد
- ۲ گردو: ۱۰ عدد
- ۳ تخم مرغ: یک عدد
- ۴ پودر دارچین: نصف قاشق چایخوری
- ۵ بکینگ پودر: نصف قاشق چایخوری
- ۶ پودر قند: یک قاشق غذاخوری
- ۷ آرد: ۵ قاشق غذاخوری
- ۸ شیر: ۵ قاشق غذاخوری
- ۹ زعفران دمکرده: یک قاشق چایخوری
- ۱۰ روغن: به میزان لازم

نکات آشپزی



این دسر ماه‌رمضانی را باید داغ سرو کرد چون اگر سرد شود طعم خویش از بین می‌رود در ضمن نباید آن را در یخچال بگذاریم. به جای شیر هم می‌توان از آب و نسبت به ذائقه می‌توان از هر ماده معطری مانند هل، گلاب و... استفاده کرد.