



۱۰۰ دقیقه



کمتر از



طرز تهیه رب انار خانگی

ترش و پرخاصیت

رب انار که در تهیه انواع غذاها از قبیل فسنجان، اکبرجوجه، انواع کباب یا خوراک و... استفاده می شود، خواص بسیار بالایی دارد و برای درمان یا پیشگیری از ابتلا به بسیاری از بیماری ها مانند فشارخون، قند خون و تقویت قلب و عروق و کبد موثر است. در عین حال خیلی راحت در خانه تهیه شده و احتیاج به مواد و لوازم خاصی ندارد.

طرز تهیه



انارها را شسته و دانه هایش را جدا می کنیم. فقط نباید پوست سفید آن مخلوط دانه ها شود. یک لیوان آب و دانه های انار را در قابلمه مناسبی ریخته و روی حرارت زیاد می گذاریم تا بجوشد و وقتی به جوش آمد حرارت را کم کرده و چند دقیقه یک بار آن را هم زده و با پشت کفگیر دانه های انار را له می کنیم. وقتی آب دانه های انار در آمد قابلمه را از روی حرارت برداشته و آب انار را از صافی رد می کنیم.

دانه های اناری که آب آنها کامل در نیامده را دوباره در قابلمه ریخته و با کمی آب می جوشانیم. آب انار به دست آمده را در قابلمه ریخته و روی حرارت کم می گذاریم تا جوشیده و غلیظ شود؛ البته باید چند دقیقه یک بار آن را هم بزنیم تا ته نگیرد و در نهایت نمک را به آن اضافه کرده و کمی هم می زنیم سپس رب انار را از روی حرارت برمی داریم و وقتی خنک شد آن را در ظرف شیشه ای ریخته و در یخچال نگه داری کرده و برای تهیه غذاهای مختلف از آن استفاده می کنیم.

مواد لازم



۱ دانه انار: ۵ لیوان

۲ آب: یک لیوان

۳ نمک: نصف قاشق غذاخوری

نکات آشپزی



می توانیم دانه های انار را در چرخ گوشت ریخته و آب آن را بگیریم که باعث سرعت کار می شود.

مزه رب انار بستگی به طعم انار دارد که ترش، شیرین یا ملس باشد و اضافه کردن شکر باعث زود خراب شدن آن می شود.



آراستگی پوشش کارمندان خود را به ما بسپارید

پوشاک فرم

اولین ارائه دهنده تخصصی پوشاک ادارات



آدرس فروشگاه: تقاطع خیابان ولیعصر و طالقانی، مجتمع تجاری نور تهران، طبقه سوم تجاری، شماره ۹۰۶۷

تلفن: ۰۲۵-۸۸۲۲۶۰۳۵ همراه: ۰۹۱۲۷۰۱۵۱۲۲

@form1

manto_uniform

www.form1.ir

formiran@yahoo.com

برگ سبز و سند کمپانی خودرو پراید هاچ بک ۱۱۱
مدل ۱۳۸۹ به رنگ سفید روغنی شماره انتظامی
ایران ۵۳-۲۲۳ د ۵۸ شماره موتور 3606103
شماره شاسی S5430089026050 به نام حسین
دادوند مقفود گردیده و فاقد اعتبار است.

شماره تلفن های
پنیرش

۴۹۱۰۵۰۰۰
۲۳۰۰۴۰۳۲

بازارگاه روزانه

امور آگهی های روزنامه جام جم