



مؤده مظهری

شیرینی‌های خانگی عید فطر

به طرز تهیه سه نوع شیرینی که خیلی راحت تهیه شده و وقت زیادی از شما نمی‌گیرد، پرداخته‌ایم تا آنها را تهیه کرده و از دورهمی‌های خانوادگی نهایت لذت را ببرید.

و بازدیدها، مراسم و جشن‌ها شروع شده و دورهمی‌ها رونق گرفته و مردم در شادی هم شریک می‌شوند. در این شماره ضمن تبریک فرارسیدن این عید بزرگ

با پایان رسیدن ماه مبارک رمضان، مسلمانان بعد از یک ماه روزه گرفتن و عبادت، به استقبال عید سعید فطر می‌روند تا این روز بزرگ را جشن بگیرند. در این ایام دید

مواد لازم:

پودر شکر: یک پیمانه / **گل‌اب:** نصف پیمانه / **پودر بادام:** ۲ پیمانه / **خلال پسته، بادام، ترفال‌های رنگی و...** برای تزئین: به میزان لازم
پودر بادام را در ظرفی ریخته و با نصف پودر شکر خوب مخلوط می‌کنیم. بعد گل‌اب را کم کم به آن اضافه می‌کنیم تا جایی که مواد شکل نداشت و خمیر منسجم و یکدستی شود.

در این مرحله مواد را ورز می‌دهیم تا چسبندگی پیدا کند. حدود نیم تا یک ساعت خمیر را استراحت داده و بعد کمی از آن را برداشته و با دست فرم داده و در ظرف مناسبی چیده و با باقی مانده پودر شکر، خلال پسته، بادام، ترفال‌های رنگی و... تزئین کرده و سرو می‌کنیم. این شیرینی را که راحت تهیه می‌شود و خیلی خوشمزه است، می‌توانیم مدت‌ها در ظرف دربسته‌ای در جای خنک نگهداری کنیم.



شیرینی شکری

مواد لازم:

کره بادام زمینی: یک پیمانه / **پودر قند:** یک پیمانه / **پودر بیسکویت ساده:** یک پیمانه / **کره:** ۵۰ گرم / **خلال پسته، بادام، ترفال‌های رنگی و...** برای تزئین: به میزان لازم
کره بادام زمینی را در ظرفی ریخته و پودر قند را به آن اضافه کرده و خوب هم می‌زنیم تا کرم یکدستی ایجاد شود.

در این مرحله بیسکویت‌ها را کامل پودر کرده و کم کم به مخلوط اضافه می‌کنیم و با دست آن قدر ورز می‌دهیم تا به دست نجسید. سپس خمیر را روی سطحی با وردنه صاف می‌کنیم و بعد قالب‌های کوچک را کمی چرب کرده و خمیر را قالب می‌زنیم یا تکه‌های کوچکی از آن را با دست گرد یا بیضی کرده و شکل می‌دهیم. شیرینی‌های آماده را در ظرف مناسبی چیده و با خلال پسته، بادام، ترفال‌های رنگی و... تزئین و سرو می‌کنیم. این شیرینی خوشمزه را می‌توانیم در ظرف دربسته‌ای در جایی خنک مدتی نگهداری کنیم.



شیرینی بیسکویت

مواد لازم:

کره: یک چهارم پیمانه / **روغن جامد:** یک چهارم پیمانه / **آرد:** ۳ پیمانه / **پودر قند:** دو سوم پیمانه / **پودر هل و زنجبیل:** از هر کدام یک قاشق غذاخوری

پودر زنجبیل و هل را با روغن جامد و پودر قند در ظرفی ریخته و خوب با هم مخلوط کرده و کنار می‌گذاریم. آرد را در ماهیتابه‌ای ریخته و روی حرارت کم تفت می‌دهیم تا بوی خامی آن گرفته شود و نباید تغییر رنگ بدهد. آرد را از روی حرارت برداشته و بعد از این که کمی خنک شد مخلوط پودر قند، روغن و پودر هل و زنجبیل را به آن اضافه کرده و خوب مخلوط می‌کنیم. در این مرحله کره را کم کم به مخلوط اضافه کرده و به هم زدن ادامه می‌دهیم تا خمیر لطیف و یکدستی ایجاد شود. در صورت تمایل می‌توانیم نصف خمیر را با کاکائو مخلوط کنیم تا شیرینی‌های ما دود رنگ شده و ظاهر بهتری پیدا کند. خمیر حاصل را روی سطحی با وردنه صاف می‌کنیم و قالب‌ها را کمی چرب کرده و خمیر را قالب می‌زنیم. شیرینی‌های آماده را در ظرف مناسبی چیده و با خلال پسته، بادام، ترفال‌های رنگی و... تزئین کرده و سرو می‌کنیم.



شیرینی هل و زنجبیلی

خوراکی سالم بخورید، سلامت باشید



زردالو: سرشار از فیبر بوده و ضد یبوستی قوی است. به دلیل داشتن کلسیم برای سلامت استخوان‌ها و دندان‌ها مفید بوده و آهن و مس موجود در آن باعث درمان کم خونی می‌شود.



پاپریکا: پاپریکا یا پودر فلفل دلمه‌ای قرمز سه برابر نیاز روزانه بدن ویتامین C دارد. به دلیل داشتن رنگدانه قرمز سرشار از آنتی اکسیدان بوده و از سرطان و بیماری‌های قلبی پیشگیری می‌کند.



روغن آرگان: به سرعت جذب پوست شده و به درخشندگی و لطافت پوست کمک زیادی می‌کند. ویتامین K موجود در آن باعث درمان بسیار سریع زخم‌ها و بریدگی‌ها می‌شود.



کره بادام زمینی: غنی از آنتی اکسیدان و فیبر بوده و به سلامت قلب کمک می‌کند. به دلیل داشتن پروتئین حس سیری ایجاد کرده و باعث کاهش وزن می‌شود و از افت قند جلوگیری می‌کند.