

چند نکته مهم

به این نکته توجه داشته باشید که به هیچ وجه پودر دارچین را ابتدای پخت به خورش اضافه نکنید، چون خورش را بدرنگ می‌کند. در حین جاف کردن خورش، سیب زمینی را آماده می‌کنیم و برای این منظور سیب زمینی‌ها را پوست می‌گیریم.

سپس به صورت خالای نازک و یک اندازه خرد می‌کنیم. در ادامه سیب زمینی‌ها را با آب سرد می‌شویم تا نشاسته اضافی‌شان به طور کامل از بین برود. اگر نشاسته سیب زمینی را نشویم، باعث چسبیدن آن به تابه و در نتیجه له شدن سیب زمینی‌ها می‌شود.

در این مرحله سیب زمینی‌ها را با یک دستمال تمیز خشک می‌کنیم، سپس یک تابه مناسب روی حرارت قرار می‌دهیم و مقداری روغن اضافه می‌کنیم. پس از این که روغن به خوبی داغ شد، سیب زمینی‌ها را به تابه اضافه می‌کنیم.

پس از این که سیب زمینی را سرخ کردیم، آنها را روی دستمال حوله‌ای قرار می‌دهیم تا روغن اضافی‌شان گرفته شود. در پایان پس از این که خورش جاف افتاد، آن را به همراه سیب زمینی سرخ کرده در ظرف مورد نظرمون می‌کشیم و به همراه برنج سرو می‌کنیم.



فوت و فن‌های پخت یک قیمة خوش‌عطر و طعم چیست؟

طعم خاطره‌انگیز قیمة نذری

خورش قیمة یکی از اصیل و اصلی‌ترین نذوراتی است که در ماه محرم پخته و توزیع می‌شود. اصلاً انگار ماه محرم و هیئات حسینی با عطر و طعم قیمة نذری گره خورده و اگر در این ایام قیمة امام حسین نخوریم، حس می‌کنیم حال و هوای این ماه را درک نکرده‌ایم؛ قیمة‌هایی که عطر و طعم‌شان واقعا متفاوت است. اما پخت قیمة نذری فوت و فن‌هایی دارد که در ادامه به آن می‌پردازیم.

مواد لازم برای ۴ نفر

گوشت گوسفندی: ۴۰۰ گرم

پیاز: ۲ عدد متوسط

رب گوجه‌فرنگی: ۳ قاشق غذاخوری

لپه: ۲ پیمانه

سیب‌زمینی: ۲ عدد متوسط

لیمو عمانی: ۴ عدد

گل‌سرخ و دارچین: به مقدار کافی

نمک و فلفل سیاه: به مقدار کافی

زردچوبه و روغن: به مقدار کافی

برای تهیه خورش قیمة به روش نذری ابتدا باید لپه را بخیسانیم. برای این منظور لپه را درون یک کاسه می‌ریزیم و تا یک بند انگشت بالاتر از سطح لپه‌ها آب اضافه می‌کنیم و اجازه می‌دهیم لپه‌ها یک شب خیس بخورد تا نفخ‌شان گرفته شود. در این مرحله پیازها را به صورت نگینی

خرد می‌کنیم و به قابلمه اضافه کرده و به خوبی تفت می‌دهیم.

سپس گوشت و ادویه را به قابلمه اضافه می‌کنیم. در این مرحله پس از این که گوشت رنگش تغییر کرد، رب گوجه‌فرنگی را اضافه می‌کنیم. پس از این که رب گوجه‌فرنگی سرخ شد، ۴ پیمانه آب جوش به قابلمه اضافه می‌کنیم و اجازه می‌دهیم گوشت به مدت یک ساعت با حرارت ملایم بپزد. در همین حین لپه‌ها را آبکشی می‌کنیم و به همراه یک قاشق غذاخوری روغن مایع داخل یک قابلمه دیگر می‌ریزیم.

حالا قابلمه حاوی لپه‌ها را هم روی حرارت قرار می‌دهیم و دو دقیقه تفت می‌دهیم تا پس از پخت، خرد نشود. در ادامه ۲ لیوان آب جوش اضافه می‌کنیم و اجازه می‌دهیم لپه‌ها نیز به مدت ۴۵ دقیقه تا یک ساعت بپزند.

در این مرحله لیمو عمانی‌ها را با چنگال سوراخ می‌کنیم و درون یک لیوان حاوی آب قرار می‌دهیم تا تلخی‌شان گرفته شود. یا این که می‌توانیم لیمو عمانی‌ها را از وسط نصف کنیم و تخمه‌های‌شان را خارج کنیم تا خورش را تلخ نکنند. پس از این که لپه پخت، آن را آبکشی کرده و به قابلمه حاوی گوشت اضافه می‌کنیم. دلیل این که لپه را به صورت جدا پختیم، این است که بعضی از لپه‌ها لعاب زیادی دارد و باعث می‌شود که طعم خورش قیمة شبیه به آبگوشت شود.

حالا باید اجازه دهیم خورش با حرارت بسیار ملایم جا بیفتد و روغن بیندازد. در ۳۰ دقیقه پایانی لیمو عمانی را به همراه پودر گل‌سرخ و پودر دارچین اضافه می‌کنیم، سپس طعم خورش را می‌چشیم و نمک و ادویه‌های آن را تنظیم می‌کنیم.

حواس‌مان به غذای روح باشد

این در حالی است که همان طور که به غذای جسم‌مان نیز اهمیت می‌دهیم باید به غذای روح‌مان نیز اهمیت دهیم و مراقب باشیم که چه چیزی را به خورد روح‌مان می‌دهیم. بدانی و آموزش ببینیم که چه چیزی برای روح‌مان خوب است و چه چیزی حال روح ما را بیمار می‌کند. انواع عادت‌های ما و نوع تفکر ما، غذای روح ما را شکل می‌دهد.

غذای روح ما، شخصیت و منش ما را شکل می‌دهد و اگر بخواهیم شخصیت منفوری داشته باشیم، پس مقداری کینه، حسادت، دشمنی و بدی می‌تواند از من شخصیتی منفور را بسازد اما اگر شخصیتی جذاب و دوست‌داشتنی مدنظر من است؛ خوبی، بخشندگی، لبخند، عشق، مثبت‌اندیشی و صداقت می‌تواند از من شخصیتی جذاب بسازد تا هر جا قدم می‌گذارم، از خود اثری و ردپایی به جا بگذارم.



هرکدام از ما روزی چند بار غذا می‌خوریم و اغلب اوقات مراقب رژیم غذایی‌مان هستیم، فارغ از این که روح ما هم غذا می‌خواهد و همچنان که به جسم‌مان غذا می‌دهیم در طول روز روح‌مان هم تغذیه می‌شود. گاهی حواس‌مان به این موضوع نیست و آن‌طور که مراقب تغذیه جسم‌مان هستیم، مراقب تغذیه روح‌مان نیستیم.

آراستگی پوشش کارمندان خود را به ماساژید

پوشاک فرم

اولین ارائه‌دهنده تخصصی پوشاک ادارات



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

تلفن: ۰۲۱-۸۸۲۲۶۰۳۵-۶ همراه: ۰۹۱۲۷۰۱۵۱۲۲

@form1

manto_uniform

www.form1.ir

formiran@yahoo.com

سند کمپانی خودرو نیسان XTRAIL رنگ مشکی متالیک مدل ۲۰۱۷ به شماره موتور QR25973328L و شماره شاسی JN1TBNT32U0003475 و پلاک انتظامی ایران ۱۰-۹۷۶ م ۲۹ بنام توراندخت رزاق نوری با کد ملی ۰۰۴۰۰۷۱۰۶۵ مفقود شده و فاقد اعتبار است.

برگ سبز خودروی سواری ۲۰۶ مدل ۱۳۸۵ رنگ نقره‌ای به شماره پلاک ۴۶-ایران-۹۷۰۳۶۲ با شماره شاسی 19845155 و شماره موتور 10F5S15176807 با مالکیت محمدحسین مداحی مفقود شده و فاقد اعتبار می‌باشد.

زودتر با خبر شوید ...

www.mozayedemonaghese.com

واحد پشتیبانی و سایت: ۰۲۱-۶۹۱۰۵۴۲۵

