

مامان ایلدا

این هفته:

ارمنی پلو

مژده مظهري

چه می خواهیم؟

برنج: ۴ پیمانه

بال مرغ: یک کیلو

پیاز متوسط: یک عدد

آب لیموترش تازه: ۳

قاشق غذاخوری

زعفران دمکرده: ۲ قاشق

غذاخوری

روغن، نمک، فلفل سیاه و

پودر سیر: به میزان لازم

روغن زیتون یا کره: به

میزان لازم

چطوری درست کنیم؟

بال ها را شسته و در آبکش می ریزیم و وقتی آب اضافه شان رفت آنها را در ظرف مناسبی ریخته و روی آن پیاز خلال شده درشت، زعفران دمکرده، آب لیموترش تازه، نمک و فلفل سیاه، روغن زیتون و پودر سیر ریخته و خوب با هم مخلوط کرده و در ظرف را گذاشته و حدود یک ساعت استراحت می دهیم. در این فاصله برنج را که از قبل شسته و با کمی آب ولرم و نمک خیس کرده ایم، با آب تازه در قابلمه ای ریخته و روی حرارت می گذاریم و وقتی پخت، آن را آبکش کرده و به دو قسمت تقسیم می کنیم. روی یک قسمت زعفران دمکرده ریخته و خوب هم می زنیم. در قابلمه ای کمی روغن یا کره ریخته و روی حرارت می گذاریم. بعد بال ها را کف آن چیده و روی آن برنج زعفرانی ریخته و با پشت قاشق خوب فشار می دهیم تا کاملاً چسبیده و فشرده شود. سپس برنج سفید را هم روی آنها ریخته و با پشت قاشق فشار می دهیم و روی دم می گذاریم. در نهایت وقتی برنج خوب دم افتاد و بال ها سرخ شد آن را در دیس مناسبی برگردانده و با خلال پسته و زرشک تفت داده شده تزئین کرده و با انواع ترشی سرو می کنیم.



■ برای خوشمزه تر شدن غذا می توانیم از یک پیمانه برنج دودی استفاده کنیم.

■ به جای بال مرغ می توانیم از بال بوقلمون هم استفاده کنیم فقط زمان پخت بیشتر می شود.

■ بنا به ذائقه مان می توانیم از ادویه های متنوع مانند زیره استفاده کنیم که باعث خوشمزه تر شدن آن می شود.

■ باید از بال های درشت استفاده کنیم تا موقع سرخ شدن کف قابلمه خشک نشود.

موسسه فرهنگی - مطبوعاتی جام جم، برگزار می کند



مدرسه ی تربیت منتقد، به عنوان اولین و جامع ترین مرکز تربیت تحلیلگران و منتقدین سینما، با شناخته شده ترین مدرسین سینما، قصد دارد، کارشناسان، منتقدان و روزنامه نگاران را پرورش دهد تا بتوانند درست فیلم ببینند و عمیق و دقیق، آن را تحلیل کنند.

برای ثبت نام فایلی شامل مشخصات، مهارت ها، سوابق و نمونه کارها (در صورت وجود) را به نشانی QR کد زیر ارسال فرمایید.

جهت کسب اطلاعات بیشتر و ثبت نام لطفاً با شماره ۰۲۱۲۳۰۰۴۱۰۷ تماس بگیرید.



برای ثبت نام اسکن کنید



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: ۰۲۱-۸۸۲۲۶۰۳۵ همراه: ۰۹۱۲۷۰۱۵۱۲۲

@form1

manto_uniform

www.form1.ir

formiran@yahoo.com