



- اگر از سرکه انگور یا سرکه سیب استفاده کنیم طعم ترشی بسیار خوب و متفاوت می شود.
- این ترشی را باید در حجم کم تهیه و زود مصرف کرد چون وقتی در ظرف باز می شود احتمال کپک زدن آن زیاد می شود.
- بنا به ذائقه مان می توانیم برای طعم دار شدن ترشی از ادویه مختلف مانند تخم گشنیز، سیاه دانه و... استفاده کنیم.
- رب گوجه فرنگی اگر شور یا پرنمک بود باید میزان مصرف نمک را کمتر کنیم.

## چطور درست کنیم؟

گوجه فرنگی ها را شسته و پوست آنها را گرفته و خرد می کنیم و با مخلوط کن میکس کرده و در کاسه بزرگی می ریزیم. سیر، هویج، کلم سفید، فلفل سبز و سیب ترشی را شسته و با غذاساز خرد کرده و به گوجه فرنگی اضافه می کنیم. موسیر خشک را خیس و با غذاساز خرد کرده و به مواد اضافه می کنیم.

گل کلم را هم شسته و وقتی آب اضافه اش رفت با دست خیلی ریز کرده و به مواد اضافه می کنیم.

دو لیوان سرکه، دو قاشق غذاخوری نمک و چهار قاشق غذاخوری رب گوجه را در قابلمه مناسبی ریخته و خوب با هم مخلوط می کنیم و روی حرارت می گذاریم و بعد از پنج دقیقه جوشیدن، آن را از روی حرارت برمی داریم و کنار می گذاریم تا کمی خنک شود. سپس مواد را در ظرف شیشه ای تمیزی ریخته و از مایع پر کرده و در شیشه را محکم می بندیم و در جای خنکی مانند یخچال و دور از نور می گذاریم. این ترشی خوشمزه را بعد از یک هفته می توان با انواع غذا سرو کرد.

مامان ایلدا

## این هفته:

## ترشی گوجه فرنگی

مژده مظهري

## چه می خواهیم؟

گوجه فرنگی: ۲ کیلوگرم

گل کلم: ۲۵۰ گرم

سیب ترشی متوسط:

۵ عدد

فلفل سبز تازه: ۱۰ عدد

هویج متوسط: ۳ عدد

کلم سفید: یک برش

کوچک

سیر تازه: ۱۰ حبه

موسیر خشک: ۱۰ عدد

سرکه: ۲ لیوان

نمک: ۲ قاشق غذاخوری

رب گوجه فرنگی: ۴ قاشق

غذاخوری



## 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: ۰۲۱-۸۸۲۲۶۰۳۵-۶ همراه: ۰۹۱۲۷۰۱۵۱۲۲

@form1

manto\_uniform

www.form1.ir

formiran@yahoo.com