

راهنمای پخت و هزینه های درست کردن انواع دسرهای خانگی مخصوص ماه مبارک رمضان

خوشمزه های رمضانی

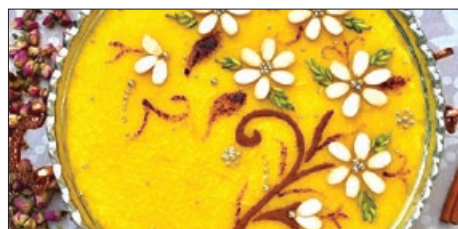
سمیه
محمدنیا حنایی
روزنامه نگار

یکی از خوراکی هایی که پای ثابت سفره های افطاری ما ایرانی هاست، انواع دسر ها و فرنی های شیرین و خوشمزه است. چند سالی می شود که برخی از کترینگ ها اقدام به پخت

این دسر ها و فرنی ها کرده و تا حد زیادی در صرفه جویی وقت کدبانوها کمک کرده است هر چند که فکری به حال جیب خانواده نکرده اند. این در حالی است که بیشتر این دسر ها به راحتی و با کمترین زمان ممکن حاضر می شوند

و تنها کمی سلیقه برای تزئین می خواهند و بس! ما در این شماره شما را با چند نوع دسر ایرانی و خارجی آشنا و از چند و چون تهیه آن ها با خبر می کنیم. پس با ما همراه باشید.

شله زرد



یکی از نوستالژیک ترین دسر های ماه رمضانی شله زرد است. شله زرد در عین حال با کمترین مواد ساخته می شود. شما برای داشتن یک شله زرد خوش رنگ و لعاب و برای ۱۰ نفر نیاز به مواد زیر دارید:

برنج نیم دانه یا لاشه یک پیمانه
شکر ۲ پیمانه
کره گیاهی ۲۵ گرم
گلاب نصف پیمانه

زعفران دم کرده ۳ قاشق سوپ خوری
خلال بادام و پسته به دلخواه و برای تزئین

ابتدا برنج را بخیسانید و سپس در قابلمه ای بریزید و به همراه آب بگذارید تا به خوبی بپزد و دانه ها شکل شان را از دست بدهند، بگذارید کمی از آب تبخیر شود حالا نوبت اضافه کردن گلاب و کره گیاهی است بعد از چند دقیقه زعفران را اضافه کنید و با دم کن روی قابلمه را برای ۲۰ دقیقه بگذارید. سپس آن ها را داخل ظرف دلخواه بریزید و با مخلوطی از دارچین و خلال بادام و پسته تزئین کنید. هزینه درست کردن این شله زرد برای ۱۰ نفر حدود ۱۸ هزار تومان است این در حالی است که کاسه های ۱۵۰ گرمی این نوع دسر بین ۷ تا ۱۰ هزار تومان فروخته می شود.

شیر برنج



یکی دیگر از دسر های قدیمی ایرانی که باعث تقویت معده و دستگاه گوارش می شود، شیر برنج است. شیر برنج و دیگچه از یک خانواده هستند و مواد لازم برای درست کردن آن ها تقریباً یکی است. شما

برای درست کردن ۱۰ پیاله کوچک ۱۰۰ گرمی شیر برنج نیاز به مواد زیر دارید:

برنج نیم دانه یا لاشه یک و نیم پیمانه
شیر یک لیتر
گلاب نیم پیمانه
هل یک قاشق چای خوری
کره گیاهی ۵۰ گرم

ابتدا برنج را با مقداری شیر به مدت ۱۲ ساعت بخیسانید، سپس برنج را با دو برابر آب در قابلمه ای بریزید و اجازه دهید به خوبی پخته و آبش کشیده شود، حالا شیر، گلاب و کره را به برنج اضافه کنید و اجازه دهید تا برنج ها با شیر ها کمی پخته شود، اکنون هل و کمی وانیل را به مخلوط اضافه کنید و بعد از، از دما افتادن، داخل ظرف ها بریزید. بهتر است داخل شیر برنج شکر نریزید و بعد از خنک شدن این دسر را با انواع شیر ها یا شیر نبات میل کنید. هزینه درست کردن شیر برنج بین ۲۳ تا ۲۵ هزار تومان در می آید در حالی که ظرف های ۱۰۰ گرمی این دسر بین ۱۲ تا ۱۵ هزار تومان بسته به نوع تزئین فروخته می شود.

فرنی ترکی



یکی از نمود های افزایش ارتباطات میان ملت ها، رخنه انواع خوراکی ملت ها به سفره دیگر ملت هاست. سفره ما ایرانی ها نیز از این قاعده مستثنا نیست. فرنی ترکی یکی از آسان ترین فرنی ها برای سفره افطار است که برای پخت آن فقط ۲۰ دقیقه زمان لازم دارید. با مواد زیر می توانید برای هشت نفر و در کاسه های ۸۰ گرمی فرنی ترکی تهیه کنید:

شیر ۴ لیوان
نشاسته ذرت ۴ قاشق غذاخوری
شکر ۸ قاشق غذاخوری
خامه ۱۰۰ گرم

انواع اسانس ۲۰ قطره

وانیل یک قاشق چای خوری

ابتدا نشاسته را با شیر مخلوط کنید تا کاملاً یکدست شود، سپس

روی حرارت بگذارید و شکر را به آن اضافه کنید و مواد را مدام هم بزنید، تا زمانی که مواد به غلظت کمی برسد. حالا نوبت آن است که خامه را به آن اضافه کنید و به مدت ۵ دقیقه دیگر روی حرارت متوسط رو به کم قرار دهید. به صورت داغ داغ این فرنی را در داخل ظرف سرو، بریزید. نکته مهم این که می توان از اضافه کردن خامه در این دسر چشم پوشی کرد. بهترین اسانس ها برای این دسر، اسانس نارگیل، موز، کارامل و توت فرنگی است.

دسر عربی با رشته های شعریه



دسر عربی شعریه را می توان جزو گران ترین و در عین حال یکی از مشهور ترین دسر های موجود در خاور میانه دانست. برای تهیه یک سینی دسر عربی که برای ۱۲ تا ۱۵ نفر کفایت می کند، مواد زیر نیاز است:

رشته شعریه یک بسته
کره حیوانی ۱۰۰ گرم
شیر عسل ۱۰ قاشق غذاخوری
شیر ۲ پیمانه
آرد ۳ قاشق غذاخوری
شکر یا پودر قند ۷ قاشق غذاخوری
کره ۱۰۰ گرم

هل، زعفران و دارچین به میزان دلخواه

ابتدا رشته ها را کمی خرد کنید و با کره روی مایهتابه تفت دهید، بعد از تغییر رنگ رشته ها به آن شیر عسل را اضافه کنید و بعد از ۱۰ دقیقه آن ها را کنار بگذارید. آرد را با کره تفت دهید و سپس شیر را به آن اضافه کنید و تا زمانی که مواد غلظت بگیرند به هم زدن آن ادامه دهید. حالا نوبت افزودن هل و زعفران است. بعد از حاضر شدن مواد دوم، ابتدا داخل ظرف سرو کمی کره بمالید و نیمی از رشته های تفت داده شده را روی سطح ظرف پخش کنید. لایه دوم از مواد فرنی کلی است که آماده کرده اید، روی این مواد می توان از انواع مغزا ها استفاده کنید، برای لایه سوم دوباره از رشته های تفت داده شده، بریزید و روی سطح را صاف کنید. شما می توانید روبه کار را با انواع مغزا ها تزئین کنید. تهیه این دسر در منزل حدود ۵۰ هزار تومانی خرج روی دست تان می گذارد.

نفر از خبره های کار طرح اولیه گلخانه را طراحی کرد، او تصمیم گرفت برای کاهش هزینه ها و دوام بیشتر گلخانه از لوله های آهنی استفاده کند و پوشش مناسب گلخانه را نیز از ارزان ترین های موجود در بازار انتخاب کرد، اما با این تدابیر هنوز پول زیادی برای احداث دوباره گلخانه لازم داشت بنابراین به فکر گرفتن وام افتاد. او با دریافت وام یک میلیون و ۳۰۰ هزار تومانی از بسیج سازندگی توانست سازه ای بسازد که هیچ باد و بارانی حریفش نمی شد. وحید پسر کلو در سال بعد زیربنای گلخانه را به ۵۰ متر مربع مفید افزایش داد. حالا او بعد از هشت سال کاری توانسته است بازار خوبی برای محصولاتش پیدا کند و با راه اندازی یک گلخانه وسیع تر، گلخانه پشت بام پدری اش را تبدیل به یک فضای دنج خانوادگی کند.

آن ها بر آید. او بعد از فراغت از تحصیل با آن که دلش با پرورش گیاه بود، به دلیل مشکلات مالی به صورت شراکتی یک مغازه خدمات رایانه ای راه انداخت و گلخانه حیاط خلوت را فقط برای دلش می چرخاند، تا این که متوجه شد درآمدش کفاف خرج هایش را نمی دهد بنابراین تصمیم گرفت تاروی پشت بام منزل شان یک گلخانه بزرگ تر دایر کند. پدر با این کار مخالف بود و علت مخالفتش را هم بادگیر بودن پشت بام بیان می کرد. وحید با اصرار گلخانه اش را راه اندازی کرد اما تقریباً یک سال بعد بر اثر توفان کل گلخانه را باد برد و ضرر زیادی به وحید تحمیل شد. وحید در آن زمان تازه ازدواج کرده بود و این شکست او را بسیار ناراحت کرد. ولی به قول خودش فقط یک روز عزای گلخانه اش را گرفت. فردای نابود شدن گلخانه وحید با مشورت دو

زمانی که وقت انتخاب رشته دانشگاهی اش فرا رسید، رشته کارشناسی کشاورزی را انتخاب کرد. او در زمان تحصیل دایم به فکر پرورش گیاه بود اما مهاجرت آن ها به شهر تا حد زیادی دست و پایش را بسته بود. بنابراین در اولین اقدام گلخانه ای را در کنار اتاق خوابش درست کرد و چند بوته خیار در آن ها پرورش داد، خیار های دست پرورده اش را نزد یکی از استادانش برد و توانست نظر استادش را جلب کند. وحید به فکر احداث گلخانه بزرگ تری افتاده بود، اما مسائل مالی برای او که هنوز دانشجوی بود خیلی مهم بود، برای همین به تبدیل حیاط خلوت خانه به گلخانه رضایت داد، با این دلیل که اگر کارش نگیرد، سرمایه کمی را از دست بدهد. وحید کارش را با چند گل محدود و بسیار پر فروش آغاز کرد و توانست به صورت تجربی از عهده نگهداری و تکثیر

با کار آفرینان

کشاورزی در اتاق خواب!

سمیه محمدنیا حنایی - داشتن باور و اراده دو رمز موفقیت برای هر کسب و کاری است. امروز پای صحبت های کار آفرینی نشسته ایم که کارش را از کنار اتاق خوابش شروع کرده و کم کم به فضای کاری اش افزوده است. وحید پسر کلو از راه دشوار موفقیتش می گوید. وحید در یک خانواده روستایی به دنیا آمد. او از همان کودکی عاشق گیاه و طبیعت بود، به نظر او تمام جوانان ساکن در شمال ایران به گونه ای عاشق گل و گیاه هستند، اما علاقه وحید به گیاهان بیشتر از هر چیز دیگری رنگ و بوی کسب و کاسبی می داد. برای همین