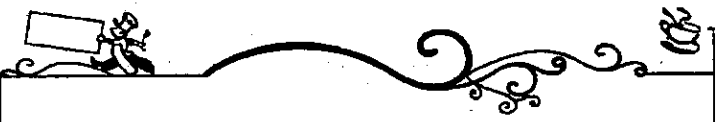


آشپزی سارینا

انواع کباب





سرشناسه: نفی، بتول. ۱۳۵۹
عنوان و نام پدیدآور: آشپزی ساریتا: انواع کباب/ بتول نفی
مشخصات نشر: قم: آوازی منی، ۱۳۹۰
مشخصات ظاهری: ۶۴ ص.
شابک دورای: ۵-۵-۱۲۵۴۱-۹۶۰۰-۹۷۸-۹۷۸
شابک: ۸۰۰۰ ریال ۶-۵-۱۲۵۴۱-۹۶۰۰-۹۷۸-۹۷۸
وضعیت فهرست نویسی: فیبا
موضوع: کباب (آشپزی)
موضوع: آشپزی
رده بندی کنگره: ۱۳۹۰ ۵ آ ۷۸ / ۶۹۰ TX
رده بندی دیویی: ۶۴۱/۷۱
شماره کتابشناسی ملی: ۶۲۹۱۴۷۹

آشپزی ساریتا انواع کباب



مؤلف: بتول نفی
ناشر: آوازی منی
نوبت و تاریخ چاپ: اول / ۱۳۹۰
شمارگان: ۵۰۰۰
چاپ: کنگر معرفت
قیمت: ۸۰۰ تومان
شابک دورای: ۵-۵-۱۲۵۴۱-۹۶۰۰-۹۷۸-۹۷۸
شابک: ۵-۵-۱۲۵۴۱-۹۶۰۰-۹۷۸-۹۷۸
ناشر همکار: مبین اندیشه، اندیشه مظهر - سلونی

کلیه حقوق برای ناشر محفوظ می باشد

مرکز بخش

قم: خیابان معلم - ۱۰ متری معلم - کوچه ۵ (شهید فلسفی) پلاک ۴
همراه: ۰۹۱۲۶۵۱۸۰۳۶ - تلفن: ۷۷۴۸۳۷۰ - ۰۲۵۱

بخش کتاب محسن: ۰۹۱۲۲۹۰۴۱۸۳

فهرست مطالب

۷.....	مقدمه
۱۱.....	چوبه کباب ایتالیایی
۱۳.....	کباب چوبی
۱۴.....	کباب کوبیده نوع اول
۱۶.....	کباب ترکی خانگی
۱۷.....	کباب کوبیده نوع دوم
۱۹.....	کباب برگ
۲۰.....	کباب تابه‌ای
۲۲.....	چوبه کباب عربی
۲۴.....	چوبه چینی
۲۵.....	کباب مرغ با رزماری
۲۷.....	کباب دورپیچ سیب زمینی
۲۹.....	کباب ماهی
۳۰.....	کباب کبک
۳۱.....	کباب دل و جگر کوسفند
۳۲.....	کباب افغانی
۳۳.....	ترش کباب
۳۴.....	کباب بریانی
۳۵.....	کباب مرغ با رزماری
۳۸.....	کباب ماهی صبور
۳۸.....	کباب ماهی
۴۱.....	کباب کبک
۴۲.....	کباب دل و جگر کوسفند



- ۴۴.....کیاب برنجی
- ۴۵.....کیاب شیشلیک
- ۴۶.....کیاب بلغاری
- ۴۷.....کیاب مسینی
- ۵۰.....چوبه کیاب روی آتش
- ۵۱.....کیاب قفقازی
- ۵۳.....کیاب لوله
- ۵۴.....کیاب مشته
- ۵۶.....کیاب تابه ای جگر
- ۵۷.....کیاب تنبل
- ۵۸.....کیاب دل و جگر، قلوه
- ۵۹.....کیاب رنگی
- ۶۱.....کیاب کرن مرغ

مقدمه

این روزها، مردم بیش از گذشته به علم آشپزی و تأثیرات آن بر سلامتی خود توجه دارند و متخصصان تلاش می کنند تا مردم را به آشپزی سالم و مناسب و پرهیز از مصرف مواد غذایی ناسالم تشویق نمایند.

بخش مهمی از تلاش انسانها در به دست آوردن یک تغذیه کافی و سالم است. تغذیه سالم نه تنها در سلامتی و نیرومندی روح و جسم مؤثر می باشد بلکه باعث طولانی تر شدن عمر به همراه سلامتی فیزیکی بدن می شود.

خوردن غذا صرفاً به جهت سیر کردن شکم نمی باشد بلکه می بایست در ترکیب آنها و استفاده از ویتامین های



گوناگون به اندازه کافی مصرف کنیم و همچنین در طریقه پختن آنها دقت لازم را داشته باشیم تا غذا به کام انسان خوشمزه و سودمند باشد.

کتابی که هم اکنون در حال مطالعه آن هستید از سال ۱۳۷۰ هجری شمسی مشغول به تدوین آن شدم و با تجربه هایی که در تهیه و پخت انواع غذاها به دست آوردم در سال ۱۳۸۸ تصمیم به چاپ گرفتم. هر آشپزی، با حوصله و دقت می تواند غذاهای سنتی ایرانی و بعضی غذاهای دیگر بین المللی را با استفاده از این کتاب به یک سفره رنگین با غذاهای خوشمزه و مفید تهیه کند.

بتول نجفی بهار ۱۳۹۰