



فست و دوی های مها

تهیه و تدوین:

معصومه ایمانی

سرشناسه: ایمانی، معصومه، ۱۳۶۴ -

عنوان و نام پدیدآور: فست‌فودهای مهسا، به کوشش معصومه ایمانی

مشخصات نشر: تهران، رانکوه، ۱۳۹۰

مشخصات ظاهری: ۱۴۴ ص.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۶۲۰۵-۱۱-۳

موضوع: غذاهای فوری

موضوع: آشپزی

رده بندی کنگره: TX ۶۷۰/۴۹-۵ ۱۳۹۰

رده بندی دیویی: ۶۱۳.۲۸

شماره کتابشناس ملی: ۲۵۶۵۲۹۱

فست فودهای مهسا

تهیه و تدوین: معصومه ایمانی

ناشر: رانکوه

طراح: معصومه ایمانی

نوبت چاپ: اول / ۱۳۹۰

تیراژ: ۳۰۰۰ نسخه

امور فنی: محمد صادق کریمی

قیمت: ۳۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۶۲۰۵-۱۱-۳

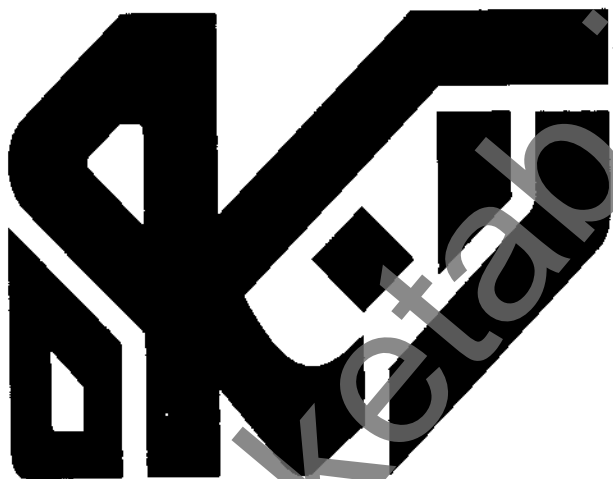
ناشرین همکار: ساحل گیسوم، آوینا، همسایه

آدرس دفتر: قم - ۴۵ متری صندوق - ۲۰ متری مهدیه - کوچه یکم - پلاک ۲۶ - انتشارات رانکوه

تلفن: ۰۲۹۰۸۱۶۸-۰۹۱۲۲۵۷۴۰۸۵

انتشارات ساحل گیسوم/ همراه: ۰۹۱۹۶۶۴۵۷۸۱

آدرس اینترنتی: Avin_co@ymil.com



انتشارات رانکوه

فهرست مطالب

فصل اول

پیتزا / ۹

۱۰.....	خمیر پیتزا شماره ۱.....
۱۱.....	خمیر پیتزا شماره ۲.....
۱۲.....	خمیر پیتزا شماره ۳.....
۱۳.....	خمیر پیتزا شماره ۴.....
۱۴.....	خمیر پیتزا شماره ۵.....
۱۵.....	پیتزا مخلوط.....
۱۷.....	پیتزا مینیاتور.....
۱۹.....	پیتزا ماهی.....
۲۱.....	پیتزای پیک نیک.....
۲۳.....	پیتزا بروکلی با گوشت بوقلمون.....
۲۴.....	پیتزا صبحانه.....
۲۴.....	پیتزا صبحانه ۲.....
۲۵.....	پیتزا صبحانه ۳.....
۲۶.....	پیتزای ال تی.....
۲۷.....	پیتزا لقمه.....
۲۸.....	پیتزا نولیو برتوجی.....
۲۹.....	پیتزا گوشت و سیب زمینی.....
۳۰.....	پیتزای سیب زمینی کوبیده شده.....
۳۱.....	پیتزا مکزیکی با گوشت چرخ کرده.....



- ۳۲..... پیتزا بیکن اسفناج
- ۳۴..... ساندویچ پیتزا
- ۳۵..... پیتزا بیکن با گوجه و پیاز
- ۳۷..... پیتزا چیز برگ و بیکن ۱
- ۳۸..... پیتزا چیز برگ و بیکن ۲
- ۳۹..... پیتزا آوگادو با نان ذرت مکزیکی
- ۴۰..... پیتزا بهار و کنگر فرنگی
- ۴۱..... بیکن آلماستین و پیاز تازه ترش
- ۴۴..... مینی پیتزا در فویل
- ۴۵..... پیتزای دریایی
- ۴۶..... پیتزا هاوایی
- ۴۸..... پیتزای ذرت
- ۴۹..... پیتزا ماگاریتا
- ۵۱..... پیتزا استیک مرغ
- ۵۲..... پیتزا لازانیا

فصل دوم

بیف و استیک / ۵۴

- ۵۵..... گوشت فیله و قارچ و حشی خامه ای
- ۵۷..... استیک هاوایی
- ۵۸..... استیک و فلفل سبز
- ۵۹..... استیک و بروکلی
- ۶۰..... استیک کنجدی
- ۶۱..... استیک سلطانیه
- ۶۲..... استیک سیونسی ویژه
- ۶۳..... گولاش مجارستانی
- ۶۴..... بیف فرانسیوی با پیاز



فصل سوم

ساندویچ / ۶۶

۶۷.....	نان همبرگر
۶۹.....	همبرگر
۷۰.....	بای همبرگر
۷۱.....	چیز برگر تنوری
۷۲.....	ساندویچ چیز برگر
۷۳.....	ساندویچ کرکس و مرغ
۷۴.....	ساندویچ فیله مرغ
۷۵.....	ساندویچ لایستر مک دونالد
۷۶.....	همبرگر مک دونالد
۷۷.....	ساندویچ فیله ماهی مک دونالد
۷۸.....	ساندویچ دویل همبرگر
۷۹.....	ساندویچ استیک و قفل
۸۰.....	اسنک تن ماهی
۸۱.....	همبرگر استروگانف
۸۲.....	چیکن برگر
۸۳.....	فلافل و سس مخصوص
۸۴.....	فلافل

فصل چهارم

لازانيا / ۸۶

۸۷.....	لازانيا
۸۸.....	لازانيا شماره دو
۹۰.....	لازانيا پريماورا
۹۱.....	سس پريماورا
۹۳.....	لازانيا با مرغ



- ۹۵..... لازانیا برای گیاهخواران
- ۹۶..... لازانیا با سبزیجات
- ۹۸..... لازانیا مکزیکی

فصل پنجم

انواع املت و تخم مرغ / ۹۹

- ۱۰۰..... تخم مرغ و جاشنی ترش
- ۱۰۱..... املت ژامبون
- ۱۰۳..... خوراک تخم مرغ
- ۱۰۴..... تخم مرغ در سس گوجه
- ۱۰۵..... تخم مرغ با جگر مرغ
- ۱۰۶..... تخم مرغ با قلوه
- ۱۰۷..... نیمرو با سیر
- ۱۰۸..... تخم مرغ بدون روغن
- ۱۰۸..... نیمروی قارچ و مرغ
- ۱۰۹..... تخم مرغ در ماهیتابه
- ۱۰۹..... تخم مرغ مکزیکی
- ۱۱۰..... تخم مرغ و خرده‌های نان

فصل ششم

پاپ کورن / ۱۱۱

- ۱۱۲..... پاپ کورن عسلی و بادام
- ۱۱۳..... پاپ کورن دارچینی و سیب
- ۱۱۳..... پاپ کورن چیلی
- ۱۱۵..... پاپ کورن خامه شکلاتی
- ۱۱۶..... پاپ کورن لیمویی
- ۱۱۷..... پاپ کورن با شکلات شیری
- ۱۱۸..... پاپ کورن پرتقالی



- ۱۱۹..... پاپ کورن پیتزایی
 ۱۱۹..... پاپ کورن اسپایسی با پنیر
 ۱۲۰..... پاپ کورن قفلی

فصل هفتم

غذاهای چرب و بدون کلسترول / ۱۲۲

- ۱۲۳..... پیراشکی اسفناج (گیاه خواران)
 ۱۲۴..... ریسوتو
 ۱۲۵..... سالاد سیب زمینی
 ۱۲۶..... خوراک قلم و سیر
 ۱۲۷..... پنکیک سیب زمینی
 ۱۲۸..... خوراک سیب زمینی شیرین
 ۱۲۹..... بروکلی با سس گوجه فرنگی

فصل هشتم

متفرقه / ۱۳۱

- ۱۳۲..... سوپ کدو حلوائی
 ۱۳۳..... سوپ حبوبات با سبزی
 ۱۳۴..... سوپ ذرت
 ۱۳۵..... قارچ و پنیر سوخاری
 ۱۳۶..... کتلت قارچ
 ۱۳۷..... چیس قارچ
 ۱۳۸..... لقمه‌های پنیری
 ۱۳۹..... کتلت مرغ
 ۱۴۰..... گراتن سیب زمینی و ژامبون
 ۱۴۱..... کتلت گیاهی
 ۱۴۲..... سمبوسه سیب زمینی

