

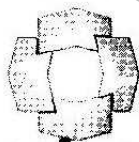
غذاهای دریایی

Marine Pabulumes

تألیف و ترجمه: مهندس مجید طالب زاده – محمد طالب زاده

با همکاری: مهندس آنا طالب زاده – سعیده و سمنی

۱۳۹۸



مرکز فرهنگ و موزه‌ها



سرشناسه: طالب‌زاده، مجید، ۱۳۴۶ -

عنوان: غذاهای دریایی = Marine Pabulumes

نام پدیدآور: تالیف و ترجمه مجید طالب‌زاده، محمد طالب‌زاده

با همکاری: آنا طالب‌زاده، سعیده وسقئی

مشخصات نشر: تهران: آبا، ۱۳۹۸. قیمت ۱۰۰۰۰ تومان:

مشخصات ظاهری: ۱۰۰ص: ۲۱/۵×۱۴/۵ س.م. مقصور رنگی - شابک: 9789645610799

وضعیت فهرست نویسی: فیا یادداشت: کتابنامه.

موضوع: آشپزی (غذاهای دریایی) موضوع: Cooking (Seafood)

شناسه افزوده: طالب‌زاده، محمد، ۱۳۷۷ - طالب‌زاده، آنا، ۱۳۷۴ - وسقئی، سعیده، ۱۳۴۶ -

رده‌بندی دیویی: ۶۴۱/۶۹۲ رده‌بندی کنگره: TX747

شماره کتابشناسی ملی: ۵۸۰۵۵۶۶



دکتر سعیده وسقئی آبا

تهران - خیابان سهروردی جنوبی - خیابان بهار شیراز - پلاک ۲۵ - تلفن: ۷۷۵۱۵۰۵۶ - فکس: ۷۷۵۱۵۰۵۵

www.abia5.ir Email: abia5@yahoo.com

عنوان کتاب: غذاهای دریایی Marine Pabulumes

تألیف و ترجمه: مجید طالب‌زاده - محمد طالب‌زاده

با همکاری: آنا طالب‌زاده - سعیده وسقئی

ناشر: مرکز فرهنگی ورزشی آبا

نوبت چاپ: اول ۱۳۹۸

تیراژ: ۲۲۰۰ جلد

چاپ و صحافی: برتر

قیمت: ۱۰۰۰۰ تومان

شابک: ۹-۷۹-۵۶۱۰-۹۶۴

EAN: 9789645610799

کلیه حقوق محفوظ و مخصوص ناشر است

ABA Cultural



9 789645 610799

۵۱	- گرانن فیله ماهی	۵	- مقدمه
۵۳	- ماهی لا پلویی		- آشپزی دریایی - تربیت سرآشپز و
۵۵	- مخلوط تویی میگو با قارچ		مدیر - باراستای، ویتز، کیلینر - تأمین و
۵۷	- قزل آلا با کاور خمیر		نگهداری تجهیزات- سرویس و بهداشت
۵۹	- کاری پلو با ماهی	۷	آشپزخانه - بهداشت محیط و HSE
۶۱	- دو پیازه میگو	۸	- میگوی انگشتی
۶۳	- لقمه های دریایی	۹	- قلیه ماهی - محلی
۶۵	- میگو مومیایی	۱۱	- نودل با ماهی
۶۷	- اشپیل شور	۱۳	- خوراک ماهی با سبزیجات
۶۹	- غذاهای دریایی در رستوران ها	۱۵	- تاس کیاب ماهی
۷۰	- رستوران دریایی رافائل	۱۷	- قلیه ماهی - خورستان
۷۱	- رستوران دریایی کنزو	۱۹	- نوگو تایلندی
۷۲	- رستوران دریایی لاکان	۲۱	- میگو به سبک ژاپنی
۷۳	- رستوران دریایی لاوانسی	۲۲	- میگو پلسو
۷۴	- رستوران دریایی آووکادو	۲۴	- خوراک ماهی با سبزیجات
۷۵	- مثلث غذایی	۲۹	- سبزی پلو با ماهی
۷۶	- ویتامین A	۳۱	- ماهی استروژن کبابی
۷۷	- ویتامین B	۳۲	- خوراک ماهی با تخم مرغ
۷۸	- ویتامین B3	۳۳	- سوسیس بندری
۷۹	- ویتامین B2	۳۵	- ماهی کباب بندری
۸۰	- ویتامین C	۳۷	- ماهی میدم
۸۱	- ویتامین B9	۳۹	- فلافل
۸۲	- هرم تغذیه	۴۱	- سمبوسه خوزستان
۸۵	- مواد غذایی برای کاهش فشار خون	۴۳	- ماهی تنوری صبور
۸۹	- جایگزین خوراکی ها با داروها	۴۵	- ماهی شکم پر
۹۰	- خواص هویج	۴۷	- همبرگر ماهی
۹۴	- خواص ذرت	۴۹	- خوراک ماهی و گشنیز

◀ مقدمه

با درود بیکران به دوستداران و علاقمندان به غذاهای دریایی، همانطور که می‌انید، کلوب رستوران و غذاهای دریایی ایران در سال ۱۳۸۵ زیر نظر مرکز توسعه ورزش‌های آبی ایرانیان فعالیت خود را در راستای ساماندهی رستوران‌ها و غذاهای دریایی در ایران و سپس سازماندهی رستوران‌ها و غذاهای دریایی بر اساس اصول تدوین شده در اساسنامه مرکز توسعه و مجموعه قوانین و مقررات تنظیم شده در کمیته پژوهش، علمی و فنی کلوب زیر نظر متخصصین و صاحب نظران به اجرا در می‌آورد.

کتاب غذاهای دریایی یکی از مجموعه کتاب‌های کلوب رستوران و غذاهای دریایی ایران است که بیان‌گر اهداف برنامه‌ریزی شده در کوتاه مدت و میان مدت این کلوب است و در حال حاضر بخشی از آموزش را در این خصوص به کیفیت آموزش که رکن اصلی توسعه و اولین گام در جهت رشد، شکوفایی، بالندگی و پویایی محسوب می‌شود را توانسته به خوبی عمل کند. همانطور که می‌دانید در فرآیند آموزش، نیازسنجی و برنامه‌ریزی و هماهنگی سطوح نقش به‌سزایی را ایفا می‌نماید.

در اینجا شما عزیزان را برای دقایقی دعوت به خواندن برخی از غذاهای دریایی و روش تهیه و پخت آنها می‌نمایم، امید است که مفید واقع شود.

ارادتمند شما

پدیدآورنده