

آشپزی سریع و آسان

ماهی

Fish



۷۴ نوع غذای ساده و آسان با ماهی
74 easy-to-prepare Fish Recipes

سرشناسه:	حسین پور، سودابه، ۱۳۵۸
عنوان و نام پدیدآور:	ماهی = Fish: ۷۴ نوع غذای ساده و آسان با ماهی = 74 Easy-to-prepare Fish Recipes
مشخصات نشر:	تهران: موسسه فرهنگی هنری ایران‌دخت شرقی، ۱۳۹۴.
مشخصات ظاهری:	۸۰ص: مصور(رنگی)؛ ۲۲ × ۲۹ س.م.
فروست:	آپز - سریع و آسان
شابک:	۹۷۸-۶۰۰-۹۵۵۳۶-۸-۶ دوره ۳-۹۷۸-۶۰۰-۹۵۵۳۶-۸-۶
وضعیت فهرست نویسی:	فهرست مختصر
یادداشت:	فهرست نویسی کامل این اثر در نشانی: http://opac.nlai.ir قابل دسترسی است
شماره کتاب شناسی ملی:	۸۰۷۳۹۸

www.kebook.ir

- نام کتاب: ماهی
- ناشر: موسسه فرهنگی هنری ایران‌دخت شرقی
- گردآورنده: سودابه حسین پور
- چاپ و صحافی: سایان ۸۱۴۱۴۸۴-۲۱
- نوبت چاپ: اول ۱۳۹۴
- تیراژ: ۵۰۰۰

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۵۵۳۶-۸-۶	ISBN: 978-600-95536-8-6
-------------------------	-------------------------

کلیه حقوق قانونی و شرعی برای ناشر محفوظ است. تکثیر تماماً یا قسمتی از این اثر به صورت حروف چینی و چاپ مجدد، چاپ افست، پلی کپی، فتوکپی و انواع دیگر چاپ ممنوع است. نقل مطالب به صورت معمول در مقاله‌های تحقیقاتی با ذکر نام کامل ناشر و کتاب آزاد است. متخلفان به موجب بند ۵ از ماده ۲ قانون حمایت از مولفان، مصنفان و هنرمندان تحت پیگرد قانونی قرار می‌گیرند.

فهرست



۴	مقدمه
۶	سوپ میگو با گوجه فرنگی و رازیانه
۷	آبگوشت خوراک دریایی
۸	سوپ ماهی روغنی و دودی
۹	سوپ ماهی سالمون با تره فرنگی
۱۰	سوپ برتون ماهی
۱۱	سوپ ماهی زعفرانی
۱۲	آبگوشت ماهی تن با کاری
۱۳	سوپ مخلوط سیب زمینی و ماهی
۱۴	سوپ ماهی مکزیکی
۱۵	سوپ خااای دشت شیرین
۱۶	میگوهای بست میرار
۱۷	کوکوی ماهی پیندی
۱۸	بانیاکودا با سبزیجات پخته
۱۹	پاته ماهی دودی
۲۰	گراوالاکس
۲۱	ساندویچ میگو به سبک تایلندی
۲۲	فیله ماهی زرد بخارپز
۲۳	نودل گشنیز و کتجد
۲۴	املت ماهی سالمون دودی
۲۵	سوپ کالن اسکینک
۲۶	خورش ماهی تن منطقه باسک
۲۷	کباب ماهی مانک (monkfish)
۲۸	فاجیتای ماهی تن
۲۹	کوکوی ماهی تن
۳۰	ساردین با سس پستو
۳۱	فریتاتای ماهی سالمون
۳۲	سیخ مخلوط غذاهای دریایی
۳۳	ماهی ساردین با سس پستو
۳۴	روستیس میگو
۳۵	پاستا با کلم بروکلی
۳۶	پاستای پوتانسکا
۳۷	لازانای دریایی
۳۸	اسپاگتی میگو
۳۹	نودل تایلندی



۴۰	کجری
۴۱	کجری مدرن
۴۲	جامبالایا
۴۳	برنج میگو و مارچوبه
۴۴	برنج نارگیلی با ماهی
۴۵	سالاد ماهی پروانس فرانسه
۴۶	کاری ماهی برشته
۴۷	ماهی برشته با سویا سس
۴۸	ماهی تن با سس ترش و شیرین
۴۹	سالمون اسپایسی
۵۰	سوپ ماهی هادوک دودی
۵۱	کاری ماهی
۵۲	اسکالپ ماهی خال خالی (mackerel)
۵۳	خوراک ماهی در ماست
۵۴	خوراک ماهی با پیاز
۵۵	کتر یاد
۵۶	خوراک ماهی در ذرات لابلین، مراکشی
۵۷	میگو اسپایسی با کدو
۵۸	قزل آلائی رنگین کمائی آب پنیر
۵۹	استیک ماهی با سس شرمولا
۶۰	دلمه برگ ماهی
۶۱	ماهی در کره سیاه
۶۲	ماهی آردی
۶۳	ماهی با خوراک راتاتویی
۶۴	ماهی زنجبیلی
۶۵	دلمه دم ماهی
۶۶	ماهی تن با کره معطر
۶۷	شمشیر ماهی ویژه کشور مالت
۶۸	ماهی بارازیا نه
۶۹	فیله ماهی با انگور
۷۰	خوراک لایه ای سیب زمینی و ماهی
۷۱	سالاد گرم ماهی تن
۷۲	سالاد ماهی دودی
۷۳	ماهی باریخان بازل و لیمو
۷۴	سالاد سزار
۷۵	سالاد اسفناج و ماهی
۷۶	سالاد میگو
۷۷	سالاد ماهی به سبک نیس فرانسه
۷۸	سالاد لیمو و میگو
۷۹	سالاد ماهی ترش و شیرین

