

هنر

آشپزی و شیرینی پزی

بهاره

کاملترین مجموعه غذاها * شیرینی‌ها

بستنی‌ها و نوشیدنی‌های ایرانی

به همراه دانستنیهای خانه‌داری

مؤلف و مترجم:

اعظم منصوری

منصوری، اعظم

هنر آشپزی و شیرینی پزی بهاره، کاملترین مجموعه غذاها، شیرینی‌ها، بستنی‌ها و نوشیدنی‌های ایرانی به همراه دانستنیهای خانه‌داری / مولف و مترجم اعظم منصوری، اصفهان: شهید حسین فهمیده، ۱۳۸۴.
۵۷۰ ص: مصور (بخشی رنگی).

ISBN 964-7400-93-4

عنوان دیگر: هنر آشپزی و شیرینی پزی بهاره.

فهرست نویسی بر اساس اطلاعات فیبا

۱. آشپزی، ۲. آشپزی ایرانی، ۳. شیرینی پزی، ۴. خانه داری.

الف. عنوان، ب. عنوان: کاملترین غذاها، شیرینی‌ها، بستنی‌ها و نوشیدنی‌های ایرانی به همراه دانستنیهای خانه داری، ج. عنوان: دانستنیهای خانه داری.

۶۳۱/۵

TX ۷۲۵/۱

۱۳۸۴

م ۸۴-۲۲۰۳۶

کتابخانه ملی ایران

عنوان: هنر آشپزی و شیرینی پزی بهاره

ناشر: انتشارات شهید حسین فهمیده

مولف: اعظم منصوری

نوبت چاپ: اول زمستان ۱۳۸۴

شمارگان: ۵۰۰۰ نسخه

قطع: وزیری

تعداد صفحه: ۵۹۲

شابک: ISBN 964-7400-93-4

مرکز پخش: کتابسرای سلام اصفهان

تلفن: ۰۳۱۱-۲۳۳۶۴۲۶

۰۹۱۳۳۱۱۵۱۶۲

۰۹۱۳۳۱۶۸۵۱۳

بهاء: ۵۰۰۰ تومان

کلیه حقوق و امتیاز این اثر متعلق به کتابسرای سلام اصفهان می باشد.

۱.....	سخنی با کدبانوهای ایرانی
۴.....	درجه حرارت و تبدیل درجه فارنهایت به سانتی گراد
۵.....	آشها
۲۰.....	آبگوشتها
۳۲.....	سوپها
۵۰.....	حلیمها
۵۴.....	خوراکها
۷۳.....	طریقه درست کردن محتویات داخل پنکیک:
۷۵.....	انواع خوراک ماهی
۷۶.....	مشخصات ماهی تازه:
۸۷.....	انواع خوراک مرغ
۹۸.....	کیابها
۹۹.....	نکات لازم برای تهیه کیاب:
۱۱۲.....	کوفته‌ها
۱۱۳.....	نکات لازم برای تهیه کوفته:
۱۲۹.....	کوکوها
۱۳۰.....	نکات لازم برای تهیه کوکوها:
۱۴۵.....	کتلتها و شامی‌ها
۱۴۶.....	نکات لازم برای تهیه کتلت:
۱۵۹.....	دلمه‌ها
۱۷۰.....	انواع اردور و بورانی
۱۸۵.....	انواع سوفله و املت
۲۰۹.....	چلو و پلو

۲۱۰	چند نکته در مورد پخت برنج
۲۲۳	آماده کردن زرشک:
۲۳۴	چند نکته در مورد پخت کته:
۲۴۶	خورشها
۲۶۷	سالادها
۲۶۹	مواد مناسب برای سالادهای فصلی
۲۸۶	انواع ماکارونی و اسپاگتی و لازانیا
۳۰۵	انواع پیتزا و ساندویچ
۳۱۵	سُسها
۳۲۷	دسرها
۳۳۴	ترشی‌ها
۳۳۵	نکات مهم در تهیه ترشی
۳۵۶	شوری‌ها
۳۶۲	سرکه‌ها
۳۶۶	خشکبار و رب‌ها
۳۶۹	نکات مهم در تهیه رب گوجه فرنگی:
۳۷۱	مریبا و مارمالادها
۳۷۲	چند نکته در مورد مریبا:
۳۸۶	کمپوت‌ها
۳۹۲	شریت‌ها
۴۰۲	شیرینی‌ها
۴۰۳	نکات مهم که برای تهیه شیرینی باید به آن توجه کرد:
۴۰۴	چند نکته در مورد نگهداری کیک:

۴۰۵	روش زدن خامه:
۴۰۵	استفاده از پودر خامه:
۴۱۱	طرز تهیه کشمش برای شیرینی کشمش:
۴۱۵	شهد بامیه
۴۱۷	طرز تهیه شکر و آب:
۴۵۱	کرم رانورسه با وانیل:
۴۵۴	انواع نان‌های فانتزی
۴۵۵	نکات مهمی که در موقع تهیه نان باید به آن توجه کرد:
۴۶۸	کیک‌ها و بستنی و نوشیدنی
۵۰۶	نکات مهم برای تهیه بستنی
۵۰۶	طرز تهیه انواع سس و کارامل برای بستنی و کوکلت:
۵۰۷	سس کشک یا توت فرنگی
۵۰۷	سس شکلات تخته‌ای
۵۰۸	تزئین بستنی با گیلان یا آلبالو
۵۲۲	دوروش برای دم کردن قهوه:
۵۲۷	تهیه تنقلات و لبنیات و ادویه
۵۳۹	دانستنی‌های لازم در آشپزی
۵۴۰	اطلاعاتی درباره نگهداری سالم اغذیه:
۵۴۲	نکات مهم در آشپزی
۵۴۵	تدبیر منزل
۵۴۸	پاک کردن و جلا دادن ظروف:
۵۵۲	ژله برای فصل دسرها
۵۶۰	طریقه حل کردن پودر ژلاتین:

سختی با کدبانوهای ایرانی

آشپزی و تغذیه مبنای اساس زندگی است، یکی از ویژگیهای تمدن انسان دانستن این هنر است، هنری که بسیار ساده می باشد البته بستگی به دقت و حوصله شخص دارد. اگر شما تمایل به یادگیری این هنر ظریف دارید باید توجه داشته باشید در این فن سه چیز بسیار مهم و لازم است: اول ظرافت، دوم حوصله و سوم دقت و مهارت. این هنر از دیر باز در آشپزخانه خانمهای کدبانو و با سلیقه ایرانی رایج بوده است، ولی امروزه متأسفانه با ماشینی شدن زندگی در عصر تکنولوژی و ضیق وقت این هنر اندک اندک از منازل رخت برپست.

ولیکن شایسته است این هنر و سنت دیرینه این مرز و بوم را همچون دیگر ستهای ایرانی خود ارج نهیم و میراث مادران خود را حفظ نمایم چرا که هنری است شایسته خانمهای با سلیقه، اقتصادی و بهداشتی، آری بر هر کدبانویی لازم است که در کنار کار اجتماعی و فرهنگی خود هنر آشپزی و شیرینی پزی را نیز بیاموزد چرا که در نهایت یک زن، یک کدبانو، یک مادر و یک همسر است.

از شما عزیزان تقاضا دارم قبل از تهیه هر نوع غذا و شیرینی نکات مهمی را که در شروع هر بخش و بعضی از فصول آن آمده مطالعه فرمایید و مورد توجه و دقت قرار دهید. این مجموعه از بخشهای مختلفی تشکیل شده که شامل غذاهای ایرانی، غذاهای خارجی، انواع خوراکیها، نانهای سنتی و فانتزی، شیرینیها، بستنی و نوشیدنی می باشد. برای تهیه این کتاب از چند کتاب آشپزی مطالبی را گرفته ایم و ترجمه کرده ایم و تمام کتابهای فارسی را در این زمینه ورق زده ایم و همچنین از دستور پخت غذاهای که دوستان و خویشان در اختیار ما قرار داده اند بهره برده ایم.

این کتاب مفید و قابل استفاده برای تمام کسانی که به آشپزی و شیرینی پزی از راهی ساده و آسان علاقمند هستند و برای نو عروسانی که آشپزی را تازه شروع کرده اند

دستوراتی وجود دارد که می‌تواند آنان را در این امر یاری کند و همچنین افراد با تجربه استفاده خواهند کرد.

امیدواریم بتوانید از تمام این غذاها استفاده کنید و راضی باشید و از شما هموطنان عزیز خواهشمندیم در صورتی که دستور طبخ شیرینی و غذای جدید یا محلی شهر خودتان را دارید به آدرس ذیل ارسال فرمایید تا در چاپهای بعدی از آنها استفاده کنیم و همه هموطنان بتوانند از غذاهای محلی و متنوع استفاده کنند. در پایان از همه کسانی که مرا در جهت جمع آوری و ترجمه مطالب این کتاب یاری کرده‌اند تشکر می‌کنم.

با آرزوی موفقیت

اعظم منصوری

a-mansouri121@yahoo.com