

دنیای آشپزی

«کدبانو»

کافی شاپ

9

تشرین سفره

تألیف

مریم احباب



دفتر انتشارات زر قلم - تبریز (کد ۰۴۱۱)
تلفن: ۵۵۶۷۴۸۲ فاکس: ۵۵۵۳۶۹۹ همراه: ۰۹۱۴ ۳۱۳ ۰۵۵۶

دنیای آشپزی کدبانو

تالیف: مریم احباب

ناشر: انتشارات زر قلم - چاپ اول

چاپ: کیهان پاییز سال ۸۴ - تیراژ ۲۰۰۰ جلد

تعداد صفحه: ۲۴۸ صفحه - قطع: وزیری

قیمت: ۲۱۰۰۰ ریال

شماره شابک: ۹۶۴-۶۹۵۳-۵۹-۸-۱ ISBN 964-6953-59-X

حق چاپ و امتیاز دائم محفوظ است به انتشارات زر قلم

فهرست مطالب

صفحه	عنوان	صفحه	عنوان
۲۱	فصل دوم	۹	مقدمه
	سالادها		
۲۳	سالاد اولیویه	۱۱	فصل اول
۲۴	سالاد کاردینال		سفره آرائی و تزئین سبزیجات
۲۵	سالاد ماکارونی	۱۳	تزئین دسر با پوست پرتقال
۲۶	سالاد مرغ	۱۲	تهیه کاسه یخ برای سرو بستنی
۲۷	سالاد سیب زمینی با ماست	۱۴	تهیه گلدان گل از پیازچه
۲۸	سالاد گردو	۱۴	تهیه کاسه از پیاز
۲۹	سالاد تن	۱۴	تهیه گل از تره فرنگی
۳۰	سالاد لپو		تزئین قلقل دلمه‌ای برای پر کردن ترشی یا
۳۱	سالاد اسفناج	۱۵	سس
۳۲	سالاد آوکادو		تزئین گوجه فرنگی به شکل گل رز
۳۳	سالاد برنج	۱۵	تزئین گوجه فرنگی به شکل آفتابگردان
۳۴	سالاد گریپ فروت	۱۶	تزئین کلم برگ سفید و قرمز
۳۵	سالاد آلاسکا	۱۶	تزئین سیب به شکل ظرف
۳۶	سالاد سیب زمینی	۱۶	گل رز از خیار
۳۷	سالاد میگو	۱۷	تزئین خیار برای ظرف سالاد
۳۸	سالاد فصل	۱۷	تزئین تخم مرغ
۳۹	سالاد ماکارونی و میگو	۱۷	تزئین سفره
۴۱	فصل سوم	۱۸	تزئین کباب
	سس‌ها	۱۸	تزئین کره
۴۳	سس مایونز	۱۸	تزئین با نارنج برای دور پیش غذاها
۴۴	سس گوجه فرنگی	۱۹	تزئین دستمال سفره به شکل بادبزن
۴۵	سس سالاد فرانسوی	۱۹	تزئین دستمال سفره طبق مدل مثلث
۴۵	سس خردل	۲۰	مدل گل زنبق با دستمال سفره

صفحه	عنوان
۷۱	آش ساک
۷۲	آش کلم برگ و هویج
۷۳	آش آبغور
۷۴	آش گوجه فرنگی
۷۵	آش کلم قمری
۷۶	آش دوغ
۷۷	حلیم گوشت

فصل ششم ۷۹

پلوها

۸۱	نکات لازم برای طبخ پلو
۸۲	شیرین پلو
۸۳	باقلا پلو
۸۴	لوبیا پلو
۸۵	سبزی پلو
۸۶	عدس پلو
۸۷	میگو پلو به سبک چینی
۸۸	آلبالو پلو
۹۰	استامبولی پلو
۹۱	کلم پلو

فصل هفتم ۹۳

خورش‌ها

۹۵	خورش فسنجان
۹۶	خورش قیله ماهی
۹۷	خورش قارچ
۹۸	خورش آلو اسفناج
۹۹	خورش قورمه سبزی
۱۰۰	خورش کرفس
۱۰۱	خورش قیمه

صفحه	عنوان
۴۶	سس تارتار
۴۶	سس سالاد سبزی
۴۷	سس سفید
۴۷	سس بشامل
۴۸	سس پنیر
۴۸	سس قارچ
۴۹	سس کچاب
	سس فرانسوی ۴۹

فصل چهارم ۵۱

سوپ‌ها

۵۳	سوپ جو
۵۴	سوپ برش روسی
۵۵	سوپ پیاز فرانسوی
۵۶	سوپ سبزیجات
۵۷	سوپ عدس آلمانی
۵۸	سوپ کدو
۵۹	کرم سوپ اسفناج
۶۰	کرم سوپ قارچ
۶۱	کنسومه گوجه فرنگی
۶۲	سوپ میگو
۶۳	سوپ گل کلم
۶۴	سوپ ورمیشل
۶۵	سوپ ذرت
۶۶	سوپ تره فرنگی

فصل پنجم ۶۷

آش‌ها

۶۹	آش جو
۷۰	آش رشته

عنوان	صفحه	عنوان	صفحه
خورش کاری (هندی)	۱۰۲	ماکارونی با مرغ	۱۳۱
چامین مرغ (چینی)	۱۰۳	ماکارونی قالیبی	۱۳۲
خورش بادمجان	۱۰۴	ماکارونی با سس نیاپولتین	۱۳۳
خورش به قورمه (گیلانی)	۱۰۵	ماکارونی با تن ماهی	۱۳۴
خورش باقلاقات (گیلانی)	۱۰۶	ماکارونی با تن ماهی در فر	۱۳۵
خورش موتنجس (گیلانی)	۱۰۷	فتاچینی	۱۳۶
خورش مرغ ترشی (گیلانی)	۱۰۸	ماکارونی با لوبیا چیتی	۱۳۷
خورش چغاله بادام	۱۰۹	لازانیا	۱۳۸
خورش نارنگی (مازندرانی) ۱۱۰		راویولی	۱۴۰
خورش اسفناج و آلو	۱۱۱		
خورش کنگر	۱۱۲	فصل دهم	۱۴۳
خورش بامیه	۱۱۳	انواع خوراک، غذاهای سپنتی ایرانی	
میرزا قاسمی	۱۱۴	تاس کباب	۱۴۵
		بریانی (غذای اصفهانی)	۱۴۶
فصل هشتم	۱۱۵	کشک بادنجان	۱۴۷
کباب‌ها		نرگسی	۱۴۸
کباب ماهی	۱۱۷	ناز خاتون	۱۴۹
جوجه کباب بی استخوان	۱۱۸	سامبوسه	۱۵۰
کباب کوبیده	۱۱۹	کوفته تبریزی	۱۵۱
کباب برگ (سلطانی)	۱۲۰	برانی کدو	۱۵۲
کباب پاکستانی	۱۲۱	آبگوشت	۱۵۳
کباب بلدرچین	۱۲۲	دلمه فلفل سبز	۱۵۴
کباب حسینی	۱۲۳	کله و پاچه	۱۵۵
کباب تابه‌ای	۱۲۴	اشکنه	۱۵۶
کباب چنجه	۱۲۵	کله جوش	۱۵۷
		جغوربغور	۱۵۸
فصل نهم	۱۲۷	فصل یازدهم	۱۵۹
ماکارونی، لازانیا و راویول		غذاهای معروف بین‌المللی	
طریقه پختن رشته ماکارونی / اسپاگتی	۱۲۹	پیتزای مخلوط (ایتالیایی)	۱۶۱
ماکارونی با گوشت	۱۳۰		

صفحه	عنوان	صفحه	عنوان
۱۹۴	ترشی چیتنی (هندی)	۱۶۳	گولاش (مجارستانی)
۱۹۵	ترشی آلبالو	۱۶۴	بیف استروگانف (روسی)
۱۹۵	ترشی موسیر	۱۶۵	موساکای بادمجان (یونانی)
۱۹۶	ترشی پیاز	۱۶۶	بف طلایی (انگلیسی)
۱۹۶	ترشی سیر	۱۶۷	کراتن مرغ و بادنجان
۱۹۷	ترشی گردو	۱۶۸	کوفته سوئدی
۱۹۷	ترشی پسته	۱۶۹	میتلف یا پودینگ گوشت
۱۹۸	ترشی میوه‌جات	۱۷۰	مرغ در خمیر بنیه
۱۹۹	ترشی هفت سبزی	۱۷۱	کاناپ پیتربروت
۲۰۰	شور مخلوط	۱۷۲	فلافل (عربی)
۲۰۱	خیارشور	۱۷۳	ژیکو
۲۰۳	فصل سیزدهم	۱۷۴	پتل چاپ
	کلت‌ها	۱۷۵	سوکی یاکی (غذای ژاپنی)
۲۰۵	کلت میگو	۱۷۶	خوراک قارچ و مرغ (غذای چینی)
۲۰۶	کلت گوشت چرخ کرده و سیب‌زمینی	۱۷۷	شاتو بریان (فرانسوی)
۲۰۷	کلت سبزی و گوشت	۱۷۸	راگو (فرانسوی)
۲۰۸	کلت مغز	۱۷۹	سوفله مخلوط (فرانسوی)
۲۰۹	کلت دسته‌دار	۱۸۰	بیف‌تک
۲۱۰	کلت مرغ	۱۸۱	استیک
۲۱۱	کلت ماهی	۱۸۲	کروکت (لبنانی)
۲۱۲	شامی آرد نخودچی	۱۸۳	کیش مرغ
۲۱۳	شامی ترشی	۱۸۵	کیوسکی
۲۱۵	فصل چهاردهم	۱۸۷	فصل دوازدهم
	انواع دلمه‌ها		ترشی‌ها
۲۱۷	دلمه برگ مو	۱۸۹	ترشی هفته بیجار
۲۱۸	دلمه بادنجان	۱۹۰	ترشی مخلوط
۲۱۹	دلمه سیب‌زمینی	۱۹۱	ترشی لیته بادنجان
۲۲۰	دلمه گوجه‌فرنگی	۱۹۲	ترشی بادنجان توپر
		۱۹۳	ترشی هلو

صفحه	عنوان
۲۳۵	فصل شانزدهم
	کافی شاپ
۲۳۷	فراپه هویج
۲۳۷	کوکتل سولار
۲۳۸	فراپه مخلوط
۲۳۹	پانچ نعناع و آناناس
۲۳۹	فراپه موز
۲۴۰	معجون
۲۴۱	آیس کافی
۲۴۱	لیموناد
۲۴۲	سان شاین
۲۴۲	کوک گلاسه
۲۴۳	قهوه ترک
۲۴۳	شیر قهوه و کافه اوله
۲۴۴	هات چاکلت
۲۴۴	پشملیبا
۲۴۵	پلمبیر
۲۴۶	بمب شکلاتی
۲۴۷	بستنی توت فرنگی

صفحه	عنوان
۲۲۱	دلمه کلم پیچ
۲۲۲	دلمه پیاز
۲۲۳	فصل پانزدهم
	غذا یا مرغ و ماهیان
۲۲۵	خوراک مرغ
۲۲۶	مرغ در قفس
۲۲۷	مرغ شکم پر
۲۲۸	مرغ کنتاکی
۲۲۹	ساندویچ مرغ
۲۳۰	رولت مرغ
۲۳۱	مرغابی شکم پر
۲۳۲	خوراک بوقلمون
۲۳۳	خوراک بلدرچین

مقدمه

در این کتاب سعی شده طرز تهیه غذاهایی گنجانده شود که منطبق بر ذائقه ایرانی باشد. مؤلف که فارغ التحصیل مقطع کارشناسی دانشکده علوم پزشکی می باشد به اهمیت رژیم غذایی سالم و مناسب واقف بوده و آموزشگاه آشپزی و شیرینی پزی کدبانو را با امتیاز رسمی از سازمان فنی و حرفه ای دو استان آذربایجان شرقی تأسیس نموده و فیستوال حلوا و مربا را برای اولین بار برگزار نموده که با استقبال بی نظیر هنر دوستان مواجه گردیده است، آموزشهایی که ایشان به عنوان مربی و مدرس آشپزی و شیرینی پزی از صدا و سیما برنامه تصویر زندگی از شبکه دو داشته اند معروف حضور همگان می باشند.

بعضی از غذاهای بین المللی که در این کتاب آمده بنا به درخواست شاگردان مؤلف گنجانده شده امید است که مورد پسند علاقمندان قرار گیرد.

Email: kadbanoo@hotmail.com