

هنر آشپزی و شیرینی پزی

www.ketab.ir

گردآوری: اکرم نادری

عنوان کتاب	: هنر آشپزی و شیرینی پزی
گردآوری	: اکرم نادری
مشخصات نشر	: گسترش کتاب نراقی، ۱۳۹۴
مشخصات ظاهری	: ۲۸۸ ص
شابک	: ۹۷۸-۶۰۰-۹۵۱۰۱-۱-۵
وضعیت فهرست نویسی	: فیپا
موضوع	: آشپزی
منوشناس	: نادری، اکرم، ۱۳۵۷
شماره کتابشناسی ملی	: ۳۸۰۲۹۸۰



نشر گسترش کتاب نراقی

آدرس : همدان، خیابان بوعلی پاساژ مفتون طبقه زیرین
تلفکس : ۳۲۵۳۲۳۰۰ تلفن : ۳۲۵۳۲۲۰۰ همراه : ۰۹۱۸ ۸۱۵۰۰۵۱
نام کتاب : هنر آشپزی و شیرینی پزی
گردآوری: اکرم نادری
نوبت چاپ : اول ۹۴
شمارگان : ۵۰۰
شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۹۵۱۰۱-۱-۵

قیمت : ۶۵۰۰ تومان

مقدمه

آشپزی یکی از هنرهای آدمی است که سلامتی جسم و روح و نشاط و شادابی پوست و مو در گرو آن است. آشپزی هنر زن ایرانی است. که با توجه خاص خود و دقت و ظرافتی که به خرج می‌دهد می‌تواند با حداقل امکانات غذایی در خور خود و خانواده درست کند. با آشپزی صحیح، انسان می‌تواند سلامتی خود و خانواده را تضمین نماید.

می‌توان گفت غذا خوردن بر سر سفره با حضور تمامی اعضای خانواده از دیر باز سنت ایرانیان بوده و هست که باعث گرمی و محبت بیشتر در کانون خانواده می‌گردد.

در کشور عزیز ما که سرشار از منابع غذایی حیوانی و گیاهی است و می‌توانیم به راحتی به آنها دسترسی داشته باشیم. پس باید به بهترین شکل ممکن از آنها استفاده کنیم.

در هر کشوری که قدم بگذارید از هنر زنان ایرانی تعریف خاصی به میان آمده است. از آشپزی ایرانی هم سخنان فراوان است و آبگوشت، قورمه سبزی، کباب و انواع شیرینی‌های خانگی ایرانی شهرت جهانی دارند. ما در این کتاب سعی کردیم که با مواد اولیه قابل دسترس و آسان هر چند اندک شما را در این راه یاری کنیم. امید است مورد قبول شما عزیزان قرار گیرد. در پایان بر خود لازم می‌دانم از تمامی اساتید و عزیزانی که آثارشان مورد استفاده و استناد بوده سپاسگزاری نمایم.

اکرم نادری

فهرست

صفحه

عنوان

سوپ

۱۶		سوپ قارچ
۱۷		سوپ کدو سبز
۱۸		سوپ هویج
۱۹		سوپ لوبیا سبز
۲۰		سوپ فوری
۲۱		سوپ کوجه فرنگی
۲۲		سوپ سیب زمینی
۲۳		سوپ عدس
۲۴		سوپ جو
۲۵		سوپ اسفناج
۲۶		سوپ کرفس
۲۷		سوپ برنج
۲۸		سوپ پیاز
۲۹		سوپ ماکارونی
۳۰		سوپ لپه
۳۱		سوپ مرغ
۳۲		سوپ کلم بروکلی
۳۳		سوپ میگو

آش و آبگوشت

۳۴		آش رشته
۳۵		آش برنج
۳۶		آش انار
۳۷		آش آبغوره
۴۰		آش انار
۴۱		آش آبغوره
۴۸		آش کلم قمری

۳۹	آش ترخینه
۴۰	آش سماق
۴۱	آش حلیم
۴۲	آش شله قلمکار
۴۳	آش عدس
۴۴	آش اماج
۴۵	آش گندم
۴۶	آش شل پتله
۴۷	آش دندونی
۴۸	آش دوغ
۴۹	آبگوشت خیار چنبر
۵۰	آبگوشت شکت
۵۱	آبگوشت غوره
۵۲	آبگوشت بزباش
۵۳	آبگوشت مرغ
۵۴	آبگوشت ستی
۵۵	آبگوشت سزیجات
۵۶	آبگوشت کله پاچه
۵۷	آبگوشت بامیه
۵۸	آبگوشت بدون گوشت
۵۹	آبگوشت لپه
۶۰	آبگوشت قورمه سبزی
۶۱	آبگوشت کلم قمری

پیتزا و ساندویچ

۶۲	پیتزا پیرونی
۶۳	پیتزا سبزیجات
۶۴	پیتزا میگو
۶۵	پیتزا تابه‌ای
۶۶	پیتزا سوسیس
۶۷	پیتزه مخلوط
۶۸	پیتزا مرغ
۶۹	پیتزا ایتالیایی

۷۰	پیتزا گوشت
۷۱	پیتزا پنیر
۷۲	پیتزا ماهی
۷۳	پیتزا صبحانه
۷۴	ساندویچ مرغ
۷۵	ساندویچ ماهی
۷۶	ساندویچ مرغ
۷۷	ساندویچ مقوی
۷۸	ساندویچ بندری
۷۹	ساندویچ خاویار
۸۰	ساندویچ گوشت
۸۱	ساندویچ کوکتل
۸۲	ساندویچ زبان
۸۳	ساندویچ ساردین
۸۴	ساندویچ فلافل

ماکارونی و لازانیا

۸۵	ماکارونی با پنیر
۸۶	پاستا صدفی پر شده با تن ماهی
۸۷	ماکارونی با نخود
۸۸	ماکارونی با شیر
۸۹	پاستا با ذرت
۹۰	ماکارونی رشته ای
۹۱	پاستای گرم و ژامبون
۹۲	سالاد ماکارونی
۹۳	ماکارونی با مرغ
۹۴	ماکارونی با قارچ
۹۵	لازانیا
۹۶	لازانیا دریایی
۹۷	رول لازانیا
۹۸	لازانیا با مرغ
۹۹	لازانیا لقمه ای
۱۰۰	لازانیای قارچ
۱۰۱	لازانیای سوییس

۱۰۲	 لازانیای با سویا
-----	------------------------

مرغ و جوجه

۱۰۳	 شنیسل مرغ
۱۰۴	 کروکت مرغ
۱۰۵	 خوراک مرغ و قارچ
۱۰۶	 خوراک دل و جگر
۱۰۷	 وولت مرغ
۱۰۸	 مسهی مرغ
۱۰۹	 قوهای مرغ
۱۱۰	 مرغ شکم پر
۱۱۱	 مرغ درسته در فر
۱۱۲	 سالاد جوجه
۱۱۳	 کباب جوجه تنوری
۱۱۴	 جوجه کباب سرخ شده

ماهی و میگو

۱۱۵	 ماهی شکم پر
۱۱۶	 ماهی سرخ کرده
۱۱۷	 کروکت ماهی
۱۱۸	 ماهی آب یز
۱۱۹	 کباب ماهی
۱۲۰	 کباب میگو
۱۲۱	 میگو سوخاری
۱۲۲	 قلله میگو
۱۲۳	 خوراک میگو
۱۲۴	 استیک میگو
۱۲۵	 کباب کیلکا
۱۲۶	 ماهی دودی

پلو و چلو و ته چین

۱۲۷	 زرشک پلو
۱۲۸	 رشته پلو
۱۲۹	 کلم پلو

۱۳۱	شیرین پلو
۱۳۲	ماهی پلو
۱۳۳	واتک پلو
۱۳۴	عدس پلو
۱۳۵	سبزی پلو با ماهی
۱۳۶	قیمه لاپلو
۱۳۷	پلوی رنگارنگ
۱۳۸	مرصع پلو
۱۳۹	شوید پلو
۱۴۰	چلو مرغ
۱۴۱	دمی گوجه
۱۴۲	چلو ماهیچه
۱۴۳	دمی لوبیا سبز
۱۴۴	دمی قالی با مرغ
۱۴۵	دمی آبپلو
۱۴۶	دمی نخود فرنگی
۱۴۷	چلو با پلويز
۱۴۸	شیر چلو
۱۴۹	ته چین مرغ
۱۵۰	ته چین سیب زمینی
۱۵۱	ته چین قارچ
۱۵۲	ته چین گوشت
۱۵۳	ته چین میگو
۱۵۴	ته چین بره
۱۵۵	ته چین ماهی
۱۵۶	ته چین زیتون

خورشت

۱۵۷	خورشت قورمه سبزی
۱۵۸	خورشت فسنجان با مرغ
۱۵۹	خورشت فسنجان با کوفته ریزه
۱۶۰	خورشت مسمس بادمجان
۱۶۱	خورشت قیمه
۱۶۲	خورشت شش انداز

۱۶۳	خورشت آلو اسفناج
۱۶۴	خورشت چغاله بادام
۱۶۵	خورشت کنگر
۱۶۶	خورشت ربوایس
۱۶۷	خورشت باقلا
۱۶۸	خورشت شیرین تره
۱۶۹	خورشت قلیه ترش
۱۷۰	خورشت خلال
۱۷۱	خورشت کدو
۱۷۲	خورشت کدو حلوائی

کباب

۱۷۳	کباب کوبیده
۱۷۴	کباب برگ
۱۷۵	کباب سلطانی
۱۷۶	کباب رولتی
۱۷۷	کباب تابه ای
۱۷۸	کباب بره
۱۷۹	کباب چنجه
۱۸۰	کباب برگ تابه ای
۱۸۱	کباب کوبیده مرغ
۱۸۲	کباب حسینی
۱۸۳	کباب تگینی
۱۸۴	جوجه کباب
۱۸۵	کباب ماهی سفید
۱۸۶	اسکندر کباب
۱۸۷	کباب بختیاری

کوکو و کتلت

۱۸۸	کوکو ماهی
۱۸۹	کوکو سیزی
۱۹۰	کوکو بادامجان
۱۹۱	کوکو برنج
۱۹۲	کوکو پنیر

۱۹۳		کوکو خرما
۱۹۴		کوکو قارچ
۱۹۵		کوکو شوید
۱۹۶		کوکو دو طبقه
۱۹۷		کوکو خاویار
۱۹۸		کوکو پیاز
۱۹۹		کوکو ماکارونی
۲۰۰		کوکو اسفناج
۲۰۱		کتلت گوشت
۲۰۲		کتلت ماهی
۲۰۳		کتلت مرغ
۲۰۴		کتلت جوانه گندم
۲۰۵		کتلت سبزی
۲۰۶		کتلت اسفناج
۲۰۷		کتلت لپه
۲۰۸		کتلت کوبیده
۲۰۹		کتلت سویا

گفته و دلمه

۲۱۰		گفته برنجی
۲۱۱		گفته مرغ
۲۱۲		گفته ریزه
۲۱۳		گفته کباب
۲۱۴		گفته بزدی
۲۱۵		گفته ماهی
۲۱۶		گفته زیتون
۲۱۷		دلمه مرغ
۲۱۸		دلمه برگ مو
۲۱۹		دلمه فوری تخم مرغ
۲۲۰		دلمه فلفل سبز
۲۲۱		دلمه نان لواش
۲۲۲		دلمه قارچ
۲۲۳		دلمه هفت بیجار
۲۲۴		دلمه پنیر

۲۲۵	دلمه سیب زمینی
۲۲۶	دلمه گوجه فرنگی

ترشی و شور

۲۲۷	ترشی فلفل
۲۲۸	ترشی لپته میوه
۲۲۹	ترشی قارچ
۲۳۰	ترشی گوجه‌ای سبز
۲۳۱	ترشی ازگیل
۲۳۲	ترشی کاهکوات
۲۳۳	ترشی آلبالو
۲۳۴	ترشی انجیر
۲۳۵	ترشی انگور
۲۳۶	ترشی پوست پرتقال
۲۳۷	ترشی انبه
۲۳۸	ترشی بادمجان شکم پر
۲۳۹	ترشی گلبر
۲۴۰	ترشی خیار
۲۴۱	ترشی کلم بروکلی
۲۴۲	ترشی باقالی
۲۴۳	ترشی پرتقال
۲۴۴	ترشی فلفل دلمه‌ای
۲۴۵	ترشی بلال
۲۴۶	ترشی گوجه فرنگی
۲۴۷	ترشی جفاله بادام
۲۴۸	ترشی مخلوط
۲۴۹	زیتون پرورده
۲۵۰	خیار شور پنج روزه
۲۵۱	کلم شور
۲۵۲	غوره غوره
۲۵۳	خیار شور

کیک و شیرینی

۲۵۴	کیک اسفنجی
-----	------------

۲۵۵	کیک کشمی
۲۵۶	کیک تولد
۲۵۷	کیک شکلاتی
۲۵۸	کیک موز
۲۵۹	کیک حلقه ای
۲۶۰	کیک برفی
۲۶۱	کیک پرتقال
۲۶۲	کیک نارگیل
۲۶۳	شیرینی زبان
۲۶۴	نان پنجره ای
۲۶۵	شیرینی نخودی
۲۶۶	نان برنجی
۲۶۷	نان خامه ای
۲۶۸	شیرینی نارگیلی
۲۶۹	شیرینی نعلی
۲۷۰	قطاب
۲۷۱	شیرینی گردویی
۲۷۲	گوش فیل
۲۷۳	شیرینی مارمالادی
۲۷۴	باسلق
۲۷۵	نان آردی
۲۷۶	شیرینی انگشتی
۲۷۷	شیرینی کاکانویی
۲۷۸	لوز گردو
۲۷۹	شیرینی لطیفه
۲۸۰	شیرینی ساق عروس
۲۸۱	شیرینی کشمی
۲۸۲	میگادو
۲۸۳	شیرینی دو رنگ
۲۸۴	زولبیا
۲۸۵	راحت الحلقوم
۲۸۶	شیرینی پسته ای
۲۸۷	شیرینی بهشتی