

- آتشِ داغِ نِراز کاسه -

مهسا سرشار

/ آتش داغ تراز کاسه / نوشته‌ی مهسا سرشار /
 / طراح گرافیک پیمان فرگاهی /
 / چاپ نخست ۱۳۸۸ / شمارگان ۲۰۰۰ / ۲۷۰۰ تومان /
 / انتشارات کتاب سبز / تهران ۶۲۲ ۶۲۲ ۶۶ / مرکز پخش ۰۰ ۳۹ ۲۴۳ ۰۹۱۲ /
 / شابک ۹۷۸-۶۰۰-۵۳۲۴-۲۰-۴ /
 / ISBN 978-600-5324-20-4 /
 / www.greenbookpub.org /

- همه‌ی حقوق برای مؤلف محفوظ است -

سرشناسه : سرشار، مهسا، ۱۳۶۷ -
 عنوان و نام پدیدآور : آتش داغ تراز کاسه / مهسا سرشار.
 مشخصات نشر : تهران : کتاب سبز، ۱۳۸۸.
 مشخصات ظاهری : ۹۶ ص.
 شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۵۳۲۴-۲۰-۴
 وضعیت فهرست نویسی : فنی
 موضوع : آشنایی ایرانی
 موضوع : آشنایی
 رده بندی کنگره : ۱۳۸۸ س ۲۶ TX۷۷۵/۵۴۸
 رده بندی دیویی : ۶۴۱/۵۹۵۵
 شماره کتابشناسی ملی : ۱۶۷۲۲۴۴

- فهرست -

- ۱۲- دستور تهیه ی پیاز داغ
- ۱۴- دستور تهیه ی نعنا داغ
- ۱۶- دستور تهیه ی سیر داغ
- ۱۸- شیوه ی نگهداری کشک در فریزر
- ۲۰- آش ابغوره
- ۲۲- آش الو
- ۲۴- آش اماچ
- ۲۶- آش انار
- ۲۸- آش انگشتی
- ۳۰- آش یادنجان
- ۳۲- آش ترش
- ۳۴- آش ترکی
- ۳۶- آش تند
- ۳۸- آش جو و گندم

- ۴۰- آتش جفاله بادام
 -۴۲- آتش دندونی
 -۴۴- آتش دوغ آذربایجان
 -۴۶- آتش رشته
 -۴۸- آتش زمستانی
 -۵۰- آتش سبزی (شیرازی)
 -۵۲- آتش سرد
 -۵۴- آتش سرکه
 -۵۶- آتش سرماخوردگی
 -۵۸- آتش شقاق
 -۶۰- آتش شلغم
 -۶۲- آتش شله قلمکار
 -۶۴- آتش شولی (یزدی)
 -۶۶- آتش قرمز

- ۶۸- آش کاهو
- ۷۰- آش کدو حلوائی
- ۷۲- آش کلم
- ۷۴- آش گشنیز
- ۷۶- آش گندم
- ۷۸- آش گوجه سبز
- ۸۰- آش گوجه فرنگی
- ۸۲- آش ماست
- ۸۴- آش ماش
- ۸۶- آش محلی
- ۸۸- آش معطر
- ۹۰- آش میوه
- ۹۲- آش نخود

آش‌های ایرانی، از دیرباز تا به امروز، نشانی از ذوق و هنر ایرانیان دارد. آش، یکی از غذاهای اصیل ایرانی است که تقریباً در تمامی نقاط این مرز و بوم پخته می‌شود. در ایران ده‌ها نوع آش، با انواع روش‌ها، طبخ می‌گردد که مطابق با نیازها و سلاقی گوناگون افراد است. در سفره‌ی مردم این سرزمین، آش، نمادی از سادگی -در عین تنوع- می‌باشد.

آش داغ‌تر از کاسه، بهانه‌ای است برای روزهای شادمانی و شب‌های سرور، پای سفره‌ای رنگین ...

{ دستور تهیه پیاز داغ ^{صحیح} }

ابتدا تابه را روی شعله
می گذاریم تا کاملاً داغ شود؛
سپس پیازهای خرد شده را در
آن ریخته، مرتباً هم می زنیم تا هر
چه سریع تر آب پیاز گرفته شود. پس
از این مرحله روغن را اضافه کرده،
تفت می دهیم.

هنگامی که پیازها طلایی رنگ شدند،
تابه را از روی شعله برمی داریم.

خواص: دیدن مدلت زودتر
- پیاز داغ را به کودکان و بیماران دیابتی و کبدی می توان داد.