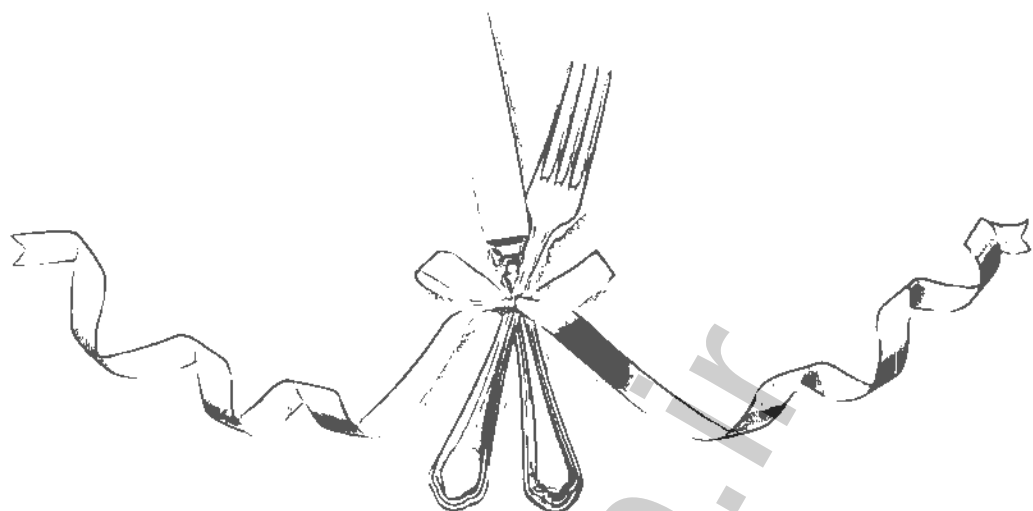




دایرة المعارف آشپزی هدیہ

جیل ادن

مترجمان :

بہناز پیادہ - شکوہ آرونی - اشرف آرونی



انتشارات ہزاراد

Edden, Gill

ادن، جیل

دایره المعارف آشپزی / نویسنده: جیل ادن مترجمان شکوه اصغری آرونی،
اشرف اصغری آرونی، بهناز پیاده. -- تهران، ۱۳۸۵.

۱۱۱۶ ص. مصور.

ISBN 964-5959-82-9

The good housekeeping step by step: Cookbook: عنوان اصلی:
فهرست نویسی بر اساس اطلاعات فیبا.

۱. آشپزی، الف. اصغری آرونی، شکوه، مترجم. مترجم. ب. اصغری آرونی،
اشرف، مترجم. ج. پیاده، بهناز، مترجم. د. عنوان.

۶۴۱ / ۵

TX۷۲۵ / ۱ الف ۴

۸۴ - ۲۰۲۴۴ م

کتابخانه ملی ایران



انتشارات بهار

تهران/ میدان انقلاب/ ۱۲ فروردین/ خیابان شهدای زاندارمری/ بن بست گرانفر

پلاک ۱۹۳/ طبقه اول/ تلفن: ۶۶۴۱۳۶۲۴ / فکس: ۶۶۹۶۵۳۳۰

دایره المعارف

آشپزی هدیه

نویسنده: جیل ادن

مترجمان: بهناز پیاده - شکوه آرونی - اشرف آرونی

ناشر: بهزاد

حروفنگار: مهین فرخی

صفحه آرا: لیلا عزیزی موسوی

طراح گرافیک: بهرنگ نامداری

لیتوگرافی: مهران نگار ۶۶۴۰۲۱۲۶

نوبت چاپ: اول ۸۵

تیراژ: ۵۰۰۰ نسخه

شابک: ۹۶۴ - ۵۹۵۹ - ۸۲ - ۹

کلیه حقوق چاپ برای ناشر محفوظ است

فهرست

مقدمه	۷	انواع املت	۱۱۹
مقدمات آشپزی	۹	پن کیک‌ها	۱۲۴
اندازه‌گیری مواد اولیه	۱۰	سوفله و انواع آن	۱۲۷
انتخاب ظروف مناسب برای آشپزی	۱۳	پنیر	
سایر تجهیزات آشپزی	۱۶	روش نگهداری، انجماد و پخت پنیر	۱۳۵
انواع کارد	۱۸	انواع پنیر	۱۳۶
انواع همزن	۲۱	انواع نان و پنیر	۱۳۸
نمودارهای مرجع	۲۴	پودینگ پنیر	۱۴۰
دستورالعمل غذاها		انواع دسر پنیر	۱۴۷
پیش غذاها		غذاهای دریایی	
پیش غذاهای سبک	۲۹	میگو	۱۵۶
پیش غذاهای اشتها‌آور سرد	۳۱	ماهی	۱۶۴
پیش غذاهای اشتها‌آور گرم	۳۷	انتخاب و نگهداری ماهی	۱۶۵
پیش غذای مهمانی‌ها	۴۸	برش ماهی	۱۶۶
پاته‌ها	۵۳	پخت ماهی	۱۶۹
سس‌ها	۵۸	پخت ماهی به شکل درسته و کامل	۱۷۱
پیش غذاهای مخلوط	۶۳	انواع خوراک فیله ماهی	۱۸۱
سوپ‌ها		انواع استیک ماهی	۱۹۴
انواع استاک (عصاره‌های گوشت و سبزیجات)	۶۹	پای ماهی	۲۰۳
سوپ‌های پیش غذا	۷۱	پیراشکی ماهی	۲۰۴
انواع سوپ ماهی و موجودات دریایی	۸۰	انواع ماهی کنسروی	۲۰۵
سوپ‌های میوه	۸۳	انواع سس که با ماهی سرو می‌شوند	۲۰۸
سوپ به عنوان غذای اصلی	۸۸	گوشت قرمز	
تخم مرغ		خرید، نگهداری، انجماد و پخت گوشت	۲۱۴
انتخاب تخم مرغ	۱۰۳	طرز تهیه شیره گوشت (گریوی)	۲۱۸
نگهداری تخم مرغ	۱۰۴	گوشت گاو	
تخم مرغ آب پز	۱۰۷	روش کباب کردن گوشت گاو	۲۱۹
تخم مرغ عسلی	۱۰۸	انواع رست بیف	۲۲۵
تخم مرغ‌های شکم‌پر	۱۱۰	انواع استیک گوشت گاو	۲۳۴
نیمرو	۱۱۵	انواع خوراک و کاسرول گوشت گاو	۲۴۴
خاگینه و انواع آن	۱۱۶	غذاهایی که با گوشت چرخ کرده گاو می‌توان تهیه کرد	۲۶۱

۴۵۷	کنگر فرنگی	گوشت گوسفند
۴۶۰	مارچوبه	انواع برش گوشت گوسفند
۴۶۱	بادمجان	انواع کباب گوشت گوسفند
۴۶۳	باقلا سبز	انواع خوراک گوشت بره
۴۶۵	لوبیاهای خشک	غذاهای که با گوشت چرخ کرده گوسفند تهیه می‌شوند
۴۶۹	لوبیا فرانسوی (سبز)	گوشت گوساله
۴۷۱	لوبیای پیچی	انواع برش گوشت گوساله
۴۷۳	چغندر	پخت کبابی و آب پز گوشت گوساله
۴۷۵	کلم بروکلی	انواع خوراک با گوشت تفت داده گوساله
۴۷۷	کلم بروکسل	کله، پاچه، دل و جگر...
۴۷۹	کلم پیچ	انواع خوراک با امعاء و احشاء گاو و گوسفند
۴۸۲	هویج	گوشت شکار
۴۸۵	گل کلم	کباب گوشت شکار
۴۸۶	کرفس	پخت گوشت شکار به شکل آرام
۴۸۸	کاسنی فرنگی	انواع پای و پاته گوشت شکار
۴۹۰	کدو سبز	طیور
۴۹۲	خیار چنبر	نگهداری طیور
۴۹۳	رازیانه	قطعه قطعه کردن طیور
۴۹۵	سیب ترشی	کباب کردن طیور
۴۹۷	تره فرنگی	بوقلمون شکم پر
۴۹۸	کاهو	نس گوشت (گریبی) غنی تهیه شده با گوشت طیور
۵۰۰	کدو مسماهی	بوقلمون بریان
۵۰۲	قارچ	پخت طیور به شکل تنوری
۵۰۴	بامیه	انواع مایه برای پر کردن شکم طیور
۵۰۶	پیاز	پخت آرام و آب پز مرغ و بوقلمون
۵۱۰	زردک	مرغ و بوقلمون کبابی
۵۱۲	نخود فرنگی	انواع مارنیاد برای گوشت طیور
۵۱۴	فلفل	انواع خوراک با مرغ و بوقلمون آب پز
۵۱۶	سیب زمینی	انواع سالاد مرغ و بوقلمون
۵۲۲	ترپ	جگر مرغ
۵۲۴	اسفناج	انواع خوراک جوجه
۵۲۵	شلغم زرد (بیابانی)	اردک و غاز
۵۲۸	ذرت	انواع سس مخصوص گوشت طیور
۵۲۹	گوجه فرنگی	سبزیجات

پیشنهادهایی برای تزئین غذا	۵۳۳	شلغم
انواع ماکارونی	۵۳۵	انواع خوراک با مخلوطی از سبزیجات
ماکارونی‌های نواری	۵۴۳	انواع سس که با سبزیجات سرو می‌شوند
اسپاگتی	۵۴۶	میوه‌ها
ماکارونی‌های شکل‌دار	۵۵۰	سیب
ماکارونی‌های توپُر	۵۵۱	زردآلو
لازانیا	۵۵۳	آوکادو
سس‌های ماکارونی	۵۵۴	موز
برنج	۵۵۹	توت‌ها و انگورها
انواع پلو - غذاهای فرعی یا پلو	۵۶۱	گیلاس
پلوهای مخلوط	۵۶۳	نارنگیل
انواع دسر با برنج	۵۶۵	انگور
شیرینی‌ها و نان‌های شیرین	۵۶۷	گریپ فروت
تارت	۵۶۸	کیوی
تارت شیرین	۵۷۰	کامکوات
نان شیرینی ورقه‌ای	۵۷۲	لیموها
وُلوان	۵۷۳	انبه
پای با بیسکویت	۵۷۷	انواع طالبی، خربزه و هندوانه
پای میوه‌ای	۵۷۹	شلیل
انواع پای مرنگ	۵۸۳	پرتقال خلالهای آب نباتی (شکریوش)
روبه مرنگ برای پای	۵۸۵	هلو
انواع پای یفکی و کرم‌دار	۵۸۷	گلایی
انواع پای مغزدار	۵۸۸	آناناس
بیسکویتهای مغزدار	۵۹۰	آلو
تارتهای کوچک	۵۹۱	انار
دسر‌ها	۵۹۲	ریواس
انواع سوفله و موس سرد	۵۹۵	نارنگی
سوفله‌های داغ	۶۰۰	سالادها
چند نوع مرنگ	۶۰۳	نکاتی دربارهٔ سالادها
شیرینی‌های تر	۶۱۱	سالادهای مخلوط
کاستر قنادی	۶۱۶	سالادهای سبزیجات
کرم شکلات	۶۲۶	سالادهای میوه
انواع پن کیک شیرین		سالادهای ژله‌ای و قالبی
دسر با ماست		چاشنی‌ها و سس‌های سالاد

۹۶۹	نانهای ساده	۷۷۵	تزئین و انواع سس برای دسر سرد
۹۸۶	نانهای سفید (فانتزی)	۷۷۶	پودینگ‌ها
۹۹۵	نانهای محتوی خمیر ترش	۷۸۲	سس‌های گرم
۹۹۷	نانهای شیرین و کیکهای مخمردار		بستنی‌ها و دسرهای یخی
۱۰۱۱	نانهای مخصوص	۷۸۴	بستنی‌ها
۱۰۲۶	خمیر شیرینی دانمارکی	۷۸۹	ممجون
۱۰۴۰	پیتزا	۷۹۵	شربته‌ها و موسها
	ساندویچ‌ها	۷۹۸	بستنی‌های یخی
۱۰۴۲	ساندویچ‌های داغ		انواع کیک
۱۰۵۰	ساندویچ‌های سرد	۸۰۶	کیکهای کرم‌دار
۱۰۵۳	ساندویچ‌های باز	۸۱۹	کیکهای خامه‌دار
۱۰۵۵	ساندویچ‌های مهمانی	۸۲۵	کیکهای اسفنجی
۱۰۵۷	پر کردن ساندویچ‌ها	۸۳۵	کیکهای میوه
	سس‌ها	۸۳۹	کیکهای خامه‌ای و تر
۱۰۶۱	سس‌های سفید	۸۵۱	تزئین روی کیک
۱۰۶۴	سس‌های قهوه‌ای	۸۵۸	انواع کرم‌ها و تزئینات روی کیک
۱۰۶۹	سایر سس‌های سبک	۸۶۵	بیسکویت‌ها و شیرینی‌ها
۱۰۷۱	سس‌های شیرین	۸۷۰	بیسکویت‌های پرشی
	مریاباها و ترشی‌ها	۸۷۷	بیسکویت‌های قاشقی
۱۰۸۱	مریاباها و ژله‌ها	۸۸۶	بیسکویت‌های فرم‌دار
۱۰۸۶	مارمالادها	۸۹۵	شیرینی‌های یخچالی
۱۰۸۹	چانتی‌ها	۸۹۹	بیسکویت‌های قالبی
۱۰۹۱	انواع ترشی	۹۰۷	شیرینی‌ها
	نوشیدنی‌ها	۹۱۰	شیرینی‌های فاج
۱۰۹۶	اطلاعات سودمند	۹۱۳	شیرینی‌های مخلوط
۱۱۰۰	تغذیه و محاسبه کالری	۹۱۹	آب نباتهای ترکیبی
		۹۲۶	شکلات‌ها
			پخت نانهای ساده
		۹۳۴	نان فنجانی
		۹۳۷	کیکهای قالبی
		۹۴۰	دوناتها
		۹۴۳	انواع مایه نان و شیرینی
		۹۵۰	نان صبحانه
		۹۶۰	نانهای تخت (بدون پف)

کتاب حاضر را در راستای برآورده ساختن نیازهای جدید آشپزی شما تنظیم کرده‌ایم، امیدواریم پاسخگوی همه نیازهای خوانندگان ما باشد. ما نیز همچون شما می‌دانیم که برای یک آشپز خوش ذوق و خلاق در رابطه با اکثر غذاها (رسمی یا غیررسمی)، دو سؤال مطرح است: «چه می‌خواهم بپزم؟» و «چگونه آن را آماده کنم؟» با رجوع به فهرست کتاب خیلی سریع می‌توانید به پاسخ پرسش اول خود برسید. سپس با ارجاع به صفحه مربوطه به پاسخ کامل سؤال دوم خود دست خواهید یافت.

دستورالعمل‌های غذایی این کتاب به زبان ساده و همراه با تصاویر آورده شده‌اند تا شما بهتر و با اطمینان بتوانید آن‌ها را اجرا کنید. در عین حال که برای همه موقعیت‌ها غذاهایی را عرضه داشته‌ایم اطلاعات و پیشنهادهایی را نیز ارائه داده‌ایم که از این کتاب بعنوان یک ابزار کاربردی ارزشمند در آشپزخانه خود سود بجوئید. نحوه انجماد مواد غذایی، نگهداری آن‌ها، پخت نان و روش‌های سرگرم‌کننده در آشپزی تنها چند مورد از موضوعاتی هستند که در این کتاب گنجانده شده‌اند. در این کتاب همچنین اطلاعاتی درباره انواع غذاهایی که با میوه و سبزیجات و ادویه‌های غیربومی و انواع پنیر تهیه می‌شوند، به شیوه‌ای ساده و عملی به خواننده معرفی می‌شود.

بخشی از این کتاب نیز به معرفی تجهیزات آشپزخانه از قبیل خردکن (غذاساز)، انواع مخلوط‌کن و هم زن و سایر ابزارهای رایج در آشپزی می‌پردازد.

کتاب *دایرةالمعارف آشپزی* کتابی جامع، کاربردی و سرگرم‌کننده و در عین حال ابزاری ضروری برای همه کسانی است که می‌خواهند با لذت آشپزی کنند و از طعم غذاهایی که می‌پزند، لذت ببرند.