

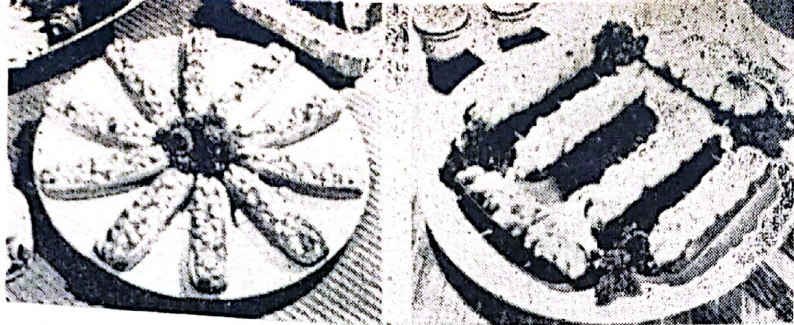
آب لیپوی

صد در صد خالص

شاد آب

مرکز پخش خیابان مولوی روبروی کلانتری ۶

فروشگاه بازار - روبروی بازار آهنگرها تلفن ۵۱۰۴۱ - ۲۱۱۹۰



خوراك گوشت شانگهای با سبزی

مواد لازم
۲۵۰ گرم ماکارونی (مخصوص اسبانی)
۶ قاشق سوپخوری روغن - نباتی تو
۲ عدد تخم مرغ نیم کیلو گوشت.
۳ قاشق سوپخوری سس کوچه فرنگی
۱ قاشق چایخوری شکر
نیم کیلو کلم
۵ عدد قارچ
۲ قاشق سوپخوری آب
۱/۳ قاشق چایخوری نمک

طرز تهیه
در يك قابلمه بزرگ كه نصف آن آب باشد مقدار دو قاشق غذا خوری نمك ریخته و بگذارید خوب بجوشد وقتی جوش آمد ماکارونی را در آن ریخته و مدت ۸ دقیقه بگذارید بجوشد و بعد از آن در يك آب گش آنرا خالی کرده و روی آنهم آب سرد میریزید و خوب تکان میدهند كه آب سرد با تمام ماکارونی آشفته شود بعد آنرا در ظرف ریخته دو قاشق سوپخوری روغن آب شده را با آن

دوستان عزیز : متأسفم از اینکه در هفته گذشته بعلت ازدیاد مطالب مجله و ضمناً تعطیل تلویزیون در این صفحه با شما صحبت نکردم، امیدوارم مرا ببخشید، از لطف شما و از اینکه با تلفن سئوالاتی می کنید متشکرم زیرا اینهمه توجه مرا وادار میکند كه نسبت باین كار توجه بیشتری داشته و رضایت خاطر شما دوستان مهربان را فراهم سازم. غذای اصلی امروز ما كه در روز دوشنبه از تلویزیون اجرا میشود يك خوراك گوشت كه مخصوص شانگهای است خواهد بود و بعد يك اردوور انگلیسی و بناسبت فصل تابستان دستور تهیه يك بستنی ساده را برای شما خواهم نوشت كه امیدوارم مورد توجه شما قرار گیرد.

اردوور انگلیسی

۲۵۰ گرم لوبیا سفید
۲ عدد پیاز
۳ کیلاس آب کوچه فرنگی
۲ قاشق روغن سالاد
۱ قاشق چایخوری فلفل
يكردم قاشق چایخوری شکر
نان سفید
دستور تهیه

لوبیا را خوب پخته کنار بگذارید. پیاز را خرد کرده و با روغن سرخ کنید و بعد آب کوچه فرنگی را روی آن بریزید و بگذارید بجوشد تا بصورت سس در آید و بعد فلفل و شکر را هم با آن اضافه کرده و روی لوبیا بریزید و خوب بهم مخلوط کنید. تزئین ظرف بستنی به سلیقه و نظر شما دارد، میتوانید نانهای سفید كوچك تهیه کرده از وسط آنرا باز کنید و مایع لوبیا را در آن ریخته و مثل عكسی كه ملاحظه میکنید آنرا در ظرف به چینید و یا اینکه حلقه های نان سفید را تست کرده

قسمت را يك قاشق چایخوری وانیل ریخته و روی چراغ میکذارید مرتب بهم میزنید تا بصورت مایع غلیظ در آید این مایع را در کاسه ای ریخته و در یخچال میکذارید.

برای تهیه كارامل يك قاشق شکر را در ظرف ریخته و روی آتش بگذارید وقتی بصورت كارامل در آید در نصف مایع باقی مانده بریزید و روی آتش بگذارید و اینرا هم خوب بهم بزنید تا مثل اولی شود. بعد در ظرف ریخته و در یخچال بگذارید تا وقتی خنك شده و بسته شود. البته هر یک ربع تا نیم ساعت فاصله بایه بستنی را بهم بزنید كه یخ نزنند تا وقتی ملاحظه کنید كه بستنی حاضر است، در این زدن ها میتواند كمی توت فرنگی را خرد کرده و در مایع ساده بریزید وقتی هم بستنی را در ظرف بگذارید میتواند كمی كارامل درست کرده و روی آن بریزید. این بستنی خیلی زود و ساده درست میشود و ضمناً بسیار خوشمزه و مطبوع طبع فرزندان شما خواهد بود

بستنی

مواد لازم

۵ کیلاس شیر
۴ عدد تخم مرغ
۱ قاشق غذا خوری آرد
شکر بقدر کافی

دستور تهیه

سفیده وزرده تخم مرغ را با شکر خوب میزنید تا كاملاً سفید شود آرد را خیلی آهسته و كم كم روی آن ریخته و مرتب بهم میزنید تا گلوله نشود و بعد شیر را روی آن میریزید و مایع اصلی بستنی شما آماده است و حالا كار شما بستنی باین دارد كه چه نوع بستنی بخواهید درست کنید ساده یا كارامل؟ اجازه بدهید هر دو را برایتان بگویم مایع را به دو قسمت کنید يك



۲ قاشق روغن را ریخته و ماکارونی را روی آن بریزید تا ۲ دقیقه بپزد و بعد هم مدت ۲ دقیقه آنرا بهم بزنید نصف قاشق نمك را با آن زده و خوب مخلوط کنید.

آخرین قسمت كار شما آماده كردن ظرف غذای شما است ظرفی كه میخواهید در آن غذا را سرو کنید آماده کنید این ظرف باید كمی گود باشد البته اگر ظرف پلور باشد یا كاسه نسوز بهتر خواهد بود. مقداری از گوشت را كیف ظرف ریخته و ماکارونی را را روی آن بریزید و بقیه گوشت را روی آن ریخته و تخم مرغ های قطعه شده را هم روی آن بریزید و سر میز ببرید

مخلوط میکنید و بهم میزنید كه هم نجسید.

این قسمت اول كار شما خواهد بود و در قسمت دوم باید گوشت را حاضر کنید.

يك قاشق سوپخوری روغن را در قابلمه داغ کنید و گوشت های خرد شده را روی آن ریخته و مدت يك یا دو دقیقه بگذارید بماند تا رنگ آن سفید شود بعد آرد را روی آن ریخته بهم میزنید بعد سس کوچه فرنگی، شکر، كلم خرد شده، قارچ خرد شده و آب را با كمی نمك به گوشت اضافه کرده، در آنرا بگذارید تا مدت ۸ تا ده دقیقه بپزد.

حالا تا گوشت مشغول جوشیدن است شما باید تخم مرغ را آماده کنید. ابتدا دو عدد تخم مرغ را خوب بزنید بعد يك قاشق روغن را در مایه تا به ریخته و بعد از اینکه خوب داغ شد تخم مرغ را روی آن بریزید و ظرف را بگردانید تا تمام سطح ظرف تخم مرغ گرفته شود و يك نیمه روی بزرگ درست شود البته نباید زیاد سرخ شود وقتی نیمه و حاضر شد کنار بگذارید تا سرد شود و بعد به قطعات كوچك آنرا ببرید.

مرحله بعدی كار شما حاضر كردن ماکارونی خواهد بود، در يك قابلمه یا ماهی تابه كمی كود

گرمی

آب گرم کن



کانون آبی زیبا



پیک پاکیزگی و نظافت

آب گرم کافی برای : استحمام - ظرفشویی - رختشویی - نظافت منزل

نمایشگاه گلشن

مسلم

ساختمان تقی نیا خیابان سعدی - تلفن ۳۰۲۲۲۳

بایک حساب دینی مسلم میسود

که با خرید یک سری بلیط اعانه ملی

برو شما حتی است

یادداشت

با خرید یک سری بلیط اعانه ملی یعنی ۱۰ بلیط که شماره های آخر آن از صفر تا ۹ باشد برو شما حتی است. زیرا در یک سری بلیط تخم یک بلیط برنده است و از طرف دیگر بلیط ممتاز را هر شماره ای که باشد آخرین شماره آن درست شاست و این در حقیقت نگرانی است که پیشروی بسوی شانس را برایشان تر می کند و اگر بیاری بخت جایزه ۱۰۰ هزار تومان را تصاحب کردید شماره ماقبل و مابعد آن نیز جزو سری شاست و خواهد بود و ۱۲۰ هزار تومان جایزه خواهید برد



بالاخره یکی از مخترعین کشور هزارویکشب دواي
بی اشتهاي را پیدا کرد !

پودر اشتها !

هزارویک اختراع برای
۲۰ میلیون ایرانی !