شماره ششم ـ بهار ۱۳۹۳

آشپزی با مولینکس

بولتن ویژه آموزش آشپزی با محصولات مولینکس

معرفی رنده‌برقی مولینکس مدل Dj810

طرز تهیه قارچ صدفی شکم‌پر به کمک رنده‌برقی مولینکس

با مزاج‌ها چقدر آشنا هستید

طرز تهیه آگوئافرسکا خیار به کمک مخلوط‌کن مولینکس

شیرینی کنجدی مغزدار فندقی به کمک همزن‌دستی مولینکس

لیموناد مادلاین به کمک آبمرکبات گیری مولینکس

نظرسنجی و جایزه

معرفی خردکن ۳-۲-۱ مولینکس مدل DP790

طرز تهیه نان خرمایی به کمک همزن کاسه‌دار مولینکس

تابستان و تندرستی

طرز تهیه دست پیچ به کمک چرخ گوشت مولینکس

نوشیدنی توت فرنگی به کمک مخلوط کن مولینکس

شیر برنج عسلی گردویی به کمک آسیاب و همزن قلمی مولینکس

نان تست کنجدی به کمک همزن قلمی مولینکس

آشپزی با مولینکس

فصلنامه آشپزی با مولینکس/ شماره ششم/
بهار ۱۳۹۳

تهیه، ارائه اطلاعات، عکاسی و طراحی:
دپارتمان تبلیغات و بازاریابی شرکت
بدرسان الکتریک

دوستداران مولینکس:
شرکت بدرسان‌الکتریک جهت دسترسی آسان و خرید مطمئن شما عزیزان سعی دارد در تمامی فروشگاه‌های زنجیره‌ای سطح تهران و شهرستان حضور دائم داشته باشد. جهت اطلاع از مکان فروشگاه‌ها به سایت www.badrsun.com مراجعه نمایید.

بدر

اطمینان از خرید محصولات اصلی با گارانتی در مرکز اطلاعات لوازم خانگی ایرانیان www.1882.ir

مسابقه



شرکت بدرسان الکتریک در نظر دارد ششمین مسابقه خود را با عنوان بهترین دستور آشپزی ترتیب دهد. بدین منظور جهت شرکت در مسابقه از شما عزیزان دعوت می‌شود، دستور آشپزی مورد نظر خود را که به کمک یک یا تعدادی از دستگاه‌های مولینکس تهیه نموده‌اید، به همراه نام، آدرس و شماره تلفن به نشانی: تهران، خیابان کریمخان زند، خیابان استاد نجات اللهی جنوبی، شماره ۱۸۸ پست و یا به آدرس ایمیل CU@badrsun.com ارسال نمایید.
همچنین می‌توانید دستور آشپزی خود را به نزدیک‌ترین نماینده فروش مولینکس در فروشگاه‌های زنجیره‌ای تحویل دهید. بهترین دستورها انتخاب و به قید قرعه جوایز نفیسی به برندگان اهدا خواهد شد.

در این شماره:

- معرفی رنده‌برقی مولینکس مدل Dj810....۱
- طرز تهیه قارچ صدفی شکم‌پر با سبزیجات به کمک رنده‌برقی مولینکس....۲
- طرز تهیه کدوبره غذای محلی مازندران به کمک رنده برقی مولینکس....۲
- با مزاجها چقدر آشنا هستید....۳
- طرز تهیه آگوئافرسکا خیار به کمک مخلوط‌کن مولینکس....۴
- شیرینی کنجدی مغزدار فندقی به کمک همزن‌دستی مولینکس ۵
- لیموناد مادلاین به کمک آبمرکبات گیری مولینکس....۶
- نان خرمایی به کمک همزن کاسه دار مولینکس....۶
- شیر برنج عسلی گردویی به کمک آسیاب و همزن قلمی مولینکس....۷
- معرفی خردکن ۳-۲-۱ مولینکس مدل DP790....۸
- طرز تهیه دست پیچ به کمک چرخ گوشت مولینکس....۹
- تابستان و تندرستی....۱۰
- نوشیدنی توت فرنگی به کمک مخلوط کن مولینکس....۱۱
- چاروست خرما و سیب به کمک غذاساز مولینکس....۱۲
- نان تست کنجدی به کمک همزن قلمی مولینکس....۱۳
- نظرسنجی به همراه جایزه....۱۳

معرفی رنده‌برقی فرانسوی مولینکس

RED RUBY collection





MADE IN FRANCE

Dj8105

رنده کردن مواد غذایی همیشه از سخت‌ترین کارهای مربوط به آشپزی بوده است. تهیه اکثر غذاها مستلزم وجود یک رنده مناسب با کارآیی های متنوع می باشد.
رنده برقی مولینکس کار را برای شما آسان کرده است. با این دستگاه می توانید انواع میوه جات و سبزیجات را در ۶ مدل مختلف ریز، درشت، خلالی، پودری، چیپسی و نگینی رنده کرده و در انواع غذاها، سالاد ها و پیش غذاها استفاده کنید. البته پیشنهاد می شود مواد خام و سفت از جمله پیاز، سیب زمینی، شکلات، کاهو، کلم، خیار، شلغم، پنیر پیتزا و ... را با استفاده از این دستگاه رنده کنید و حتی الامکان از رنده کردن مواد نرم مانند گوجه فرنگی و میوه های نرم خودداری نمایید.
قابل ذکر است مهارت استفاده از دستگاه با استفاده مکرر از آن به دست می آید. در صورت نیاز به آموزش، می توانید با مراجعه به واحد خدمات پس از فروش آموزش های لازم را ببینید.



ضمانت بدر، تنها ضمانت معتبر محصولات
Moulinex ▪ KRUPS ▪ TOSHIBA
بدر

قارچ صدفی شکم‌پر با سبزیجات
به‌کمک رنده‌برقی مولینکس

مـواد لازم:

- ۱عدد فلفل دلمه‌ای زرد، خرد شده
- ۱عدد پیاز قرمز کوچک، خرد شده
- ۱عدد کدو سـبز متوسـط، رنده شده
- ۱عدد هویج، خرد شده
- ۱عدد کرفس
- ۲حبه سیر رنده شده
- ۲تـا ۳ قاشـق روغن زیتون
- ۱قاشـق غذاخـوری ریحان خرد شده
- ۱قاشـق غذاخـوری آبلیمو
- ۱۴۰ گرم اسفناج ریزشده
- نصف پیمانه خرده نان
- نصف پیمانه پنیر پارمسان رنده شده
- ۴ عدد قارچ صدفی بزرگ

روش تهیـه:

ابتدا به وسـیله رنده برقی مولینکس کدو را رنـده و هویج و پیـاز را خرد می کنیم. فر را با دمای ۴۲۵ درجه فارنهایت روشـن کرده و در یک تابـه بزرگ، فلفل دلمـه‌ای، پیاز، کدو سـبز، هویج، کرفس و سیر را به مدت ۴ تا ۵ دقیقـه تفت دهید. ریحان، آب لیمو، ۱/۴ قاشق چای‌خوری نمک و فلفل را اضافه کنید و هم بزنید. روی آنها اسفناج بریزید. دو دقیقه درب تابه را بگذارید تا اسـفناج کمی آب بینـدازد. تابه را از روی حرارت بردارید و پنیر پارمسان را روی مواد بریزید. ساقه قارچ را از آن جـدا کنید. مواد آماده شـده را روی قارچ‌هـا بریزیـد. در صـورت تمایل روی آنها کمی پنیر ریخته و به مدت ۱۵ دقیقه داخل فر بگذارید. در انتها باقی مانده پنیر را بریزید و اجازه دهید دو دقیقه دیگر بپزد.

نکتـه:

بسیاری از روزه‌داران در مـاه مبـارک رمضان به دلیل کاهش مصرف آب و مایعات دچار یبوسـت شـده و از این مسئله رنج می‌برند. برای رفع این مشکل بایسـتی آب مورد نیاز بدن در سـاعات بین افطار و سحر تأمین شود. علاوه بر آن مواد غذایی که دارای اثر ملینی می‌باشـند از جمله کدو، قارچ و اسـفناج به رفع این مشـکل کمک شایانی می‌کنند. با توجه به خواص ذکر شده، این غذا وعده غذایی مناسبی برای روزه‌داران می‌باشد.

کدوبره (غـذای محلی مازنـدران)
به‌کمک رنده‌برقی مولینکس

مـواد لازم:

سیب‌زمینی: ۳عدد
کدوی سبز: ۵ عدد
گوجه‌فرنگی: ۵ عدد
پیاز: ۲عدد
سیر: یک حبه
تخم‌مرغ: ۳عدد
روغن، نمک، فلفل، زردچوبه: به مقدار لازم

طرز تهیـه:

درون تابه کمی روغن بریزید و شـعله را زیاد کنید. پیاز و را به وسیله رنده برقی مولینکس خرد کرده و سـیر را نیز خـرد کرده و چند دقیقـه تفت دهید. نمک و زردچوبه را اضافه کنید. سـیب‌زمینی‌ها را نگینی خرد کرده و داخل تابه بریزید. سـپس شعله را کم کنید و درب تابـه را ببندید و بگذارید مواد ۵ - ۱۰ دقیقه روی حرارت پخته شوند. کدوهای سبز را به وسیله رنده برقی مولینکس حلقه حلقه کنید و به مواد تابه اضافه کنید و چند دقیقه سرخ کنید. وقتی رنگ کدو کمی تغییر کرد گوجه فرنگی‌های خرد شـده و تخم‌مرغ‌های زده شـده را روی آن بریزید و شـعله را کم کنید. درب تابه را بگذارید و اجازه دهید مواد حدود ۱۰ دقیقه بپزند. در مرحله آخر فلفل سـیاه را روی آن بپاشـید و غذا را سر سفره بیاورید. برای سـرو غـذا می‌توانید روی آن مقداری جعفری خرد شده بریزید، همچنین می‌توانید با کمی پنیر پارمسـان یا ماسـت چکیده روی آن را تزیین کنید.

نکتـه:

کدوبره، یک غذای خوشمزه مازندرانی است که سـریع آماده می‌شـود و به دلیل کالری کم و وجود مواد گیاهی، بهترین گزینه برای افراد گیاه‌خوار و همچنین افراد در حال رژیم است. برای محافظت از قلبتان کدو بخورید. کدو به خصوص از نوع تابستانه اش سرشار از ویتامین C, A و منگنز است. سیب‌زمینی در بین سبزیجات غنی از ویتامین‌های C و B6 می‌باشد. همچنین سیب‌زمینی به‌عنوان منبع خوبی از کربوهیـدرات و تأمین‌کننده انرژی لازم، برای وعده سحری مناسب می‌باشد.



برای جلوگیری از پلاسیده شدن هویج، قبل از گذاشتن هویج درون یخچال سر و ته هویج را ببرید. سر هویج رطوبت آن را گرفته، هویج را خشک و پلاسیده می کند.

با مزاج‌ها چقدر آشنا هستید

مزاج ها به ۴ گروه تقسیم می‌شوند:
۱) مزاج گرم و خشک (صفرا)
۲) مزاج گرم و تر (دم)
۳) مزاج سرد و تر (بلغم)
۴) مزاج سرد و خشک (سودا)

صفـرا، مـزاج:
اگـر جز این گروه هسـتید باید بگوییم که رفتار تیـز و تندی دارید حتی هنـگام صحبت‌کردن. زود تصمیـم می‌گیریـد و به اجرا درمی‌آورید. البته بیشتر این رفتارها در هوای گرم و تابستان بـروز می‌کنـد پـس پیشـنهاد می‌کنیم کمتر در معرض آفتاب قرار بگیرید و از خوردن خوراکی‌های گرم بپرهیزید و به جای آن شربت یا هندوانه خنک میل کنید.

دم مـزاج:
اگر دم مزاج هستید باید بگوییم خوش‌مشرب یا به اصطلاح خونگرم هستید. جز افراد آرام هسـتید و دیر عصبانی می‌شـوید اما وای به زمانی که ناراحت شـوید چون شدید بوده و دیر آرام می‌شوید.

بلغـم، مـزاج:
افرادی بسیار آرام، صبور و با حرکاتی کند جز بلغم مزاج‌ها هسـتند. اگر بلغم مزاج هستید باید بگوییم خیلی دیـر تصمیم می‌گیرید و اگر این رفتارها از حالت اعتدال خارج شـود دچار کندی مفرط می‌شوید. پس بهتر است از غذاهای سـرد با رطوبت بالا در فصل سرد استفاده‌نکنید.

خوردن ۲۳ عدد مویز (به خصوص مویز سرخ) در روز را به شما توصیه می‌کنم .

سـودا مـزاج:
افراد دقیق و حسـاس که به جزئیات بسیار توجـه می‌کنند جـز این گروه هسـتند. اما مواظب باشید چون اگر غلبه سودا زیاد شود باعث بدبینی و وسواس می‌شوید و باید دقت کنید که این مزاج از حالت اعتدال خارج نشود. در فصل سرد ممکن است مشکلات این افراد بیشـتر شـود، بنابراین از مصرف غذاهایی با طبع سـرد و خشک مانند گوشت گاو، پیتزا و ساندویچ پرهیز کنید. برای کمک به اعتدال مزاج این افراد مصرف گل گاوزبان و غذاهایی که رطوبت بدن را متعادل نگه می‌دارند مانند آب هویج و خاکشیر توصیه می‌شود. این افراد بیشـتر تمایل به هوای گرم دارند و در فصل بهار راحت‌ترند. فصـل پائیز برای آنها فصل نامطلوبی است.

اگر جز این گروه هستید سعی کنید خاکشیر مصرف کنید خاکشیر علاوه بر تامین رطوبت مناسب، یبوست این افراد را نیز از بین می برد چرا که یبوست باعث تشدید مشکلات عصبی و روحی این افراد می‌شود.

بهتر است یک قاشق خاکشیر را در یک لیوان آب جوش به همراه یک قاشـق عسل حل و صبح ناشتا میل کنید.

حالا چگونه متوجه شـویم جز کـدام گروه هستیم؟

۸ راه برای شناسایی مزاج وجود دارد.

سردی و گرمی بدن را بررسی کنید:
برای این روش تنها کافی است بخشی از بدن مانند سـاعد فرد را لمس کنید و اگر بعد از لمس ساعد یا بازو احسـاس گرما و حرارت کردید مزاج‌تان گرم و اگر احسـاس سـرما کردید مزاج‌تان سرد است.

بافت بدنی نرم دارید یا سفت؟
در صورتی که با لمس بدن فرد احساس گرما کردیـد و علاوه بر گرما متوجه شـدید بافت بدنی او نرم است و با فشار سرانگشتان بافت بـه راحتی فرو رود، ایـن فرد علاوه بر گرمی مـزاج دارای رطوبت نیز هسـت. بنابراین او ویژگی‌های مزاج گرم و مرطـوب را دارد. اما در صورتی که با لمس‌کردن بدن فرد احساس گرما کردید اما خشکی و زبری خفیفی را زیر سرانگشتان دست‌تان احساس کردید او علاوه بر گرمی، خشـکی مزاج نیـز دارد. اما اگر با لمس بدن فرد احساس سردی کردید اما این سردی با نرمی پوست و بافت گوشت‌آلود بدن نیز همراه بود او دارای یکی از علائم مزاج سرد و مرطوب است. اما اگر احساس سرما کردید و در عین حال با لمس بافت بدن با سختی و سفتی رو به رو شدید دارای ویژگی‌های مزاج سرد و خشک هستید.

پوست شما چه رنگی است؟
اگر فرد سـفیدرنگ و یا مایل به سفید باشد نشـانه خوبی برای تشـخیص سـرد مزاجی اسـت. افرادی که پوست بدن آنها قرمز رنگ یا مایل به قرمز اسـت دارای مزاج گرم هستند.

افراد زرد رنگ یا مایـل به زرد، از جمله افرادی هسـتند که علاوه بـر گرمی مزاج با خشکی مزاج نیز رو به رو هستند. افرادی که پوست بدن آنها تیره و کدر است نشانه‌های مزاج سرد و خشک را دارند.

عضلانـی هسـتید یـا استخوانی؟
افـرادی که بالاتنـه‌ای فراخ و پهن دارند و اندام‌های بدن آنها بزرگ اسـت و عروق برجسته و نبض قوی دارند گرم مزاج می‌باشـند. و اگر فردی دارای اندام‌ها و بالاتنه کوچک باشـد این امر نشانه سردی مزاج است.

چند ساعت در شبانه روز می‌خوابید؟
اگر در گروه افرادی هستید که ساعت خواب شما بیشتر از حد مجاز یعنی ۸ ساعت است دارای مزاج سرد وتر یا سرد ومرطوب هستید. ولی اگر ساعت خواب شما کمتر از ۸ ساعت است شما مزاجی گرم و خشک دارید.

به موهای‌تان نگاه کنید.
افرادی که سـرعت رشـد موهای شان زیاد اسـت،مزاج گرم دارند. اما افرادی که رشـد موی آنها کم اسـت در گروه افراد سـردمزاج قرار می‌گیرند. اگر رشد موی شما خیلی سریع است و یا موهای مجعد و کلفتی داشته باشید در گروه مزاج گرم و خشـک قـرار دارید. در غیر اینصورت، این نشانه سردی و تری مزاج می‌باشـد. افرادی که رنگ موی سـیاه دارند مزاجشـان گرم و خشـک و افرادی که رنگ موی آنها به سفیدی میل می‌کند دارای مزاج سرد و تر هستند.

اجابت مزاج
اگر رنگ مدفوع یا ادرار تیره تر از حد معمول یا بدبوتر از حد نرمال باشد این امر نشان‌دهنده گرمی مزاج اسـت و بی‌رنگ بودن فضولات و کم‌بودن بوی آن از علائم سردی مزاج است.

میزان سـازگاری شـما با محیط چگونه است؟
اگر عضوی در برخورد با گرما، سرما، خشکی و رطوبـت خیلـی سـریع آن را بپذیرد این موضوع نشـان دهنده غلبه آن مزاج است. به عنوان مثال اگر در معرض گرما قرار بگیرید یا خوراکی با طبع گرم بخورید و زود احسـاس گرما درشما ایجاد شود این امر نشان دهنده گرمی مزاج شماست.

ضمانت بدر، تنها ضمانت معتبر محصولات
Moulinex ■ KRUPS ■ TC ■ TOSHIBA
بدر

آگوئافرسکا خیار

به‌کمک مخلوط‌کن مولینکس

مـــواد لازم:

- ۴ عدد خیار متوسط، پوست کنده، دانه گرفته و خردشده (حدود ۵ پیمانه)
- نصف پیمانه آب
- نوک قاشق نمک
- ۳ پیمانه مکعب‌های یخ
- ۱ دسته کوچک نعناع یا ریحان (۱ پیمانه)
- ۱ عدد لیمو ترش
- شربت قند

برش‌های باریک خیار (اختیاری)

روش تهیـــه:

در مخلوط کن مولینکس خیار، آب و نمک را با هم مخلوط کنید تا حسابی له و نرم شود. تکه‌های یخ و نعناع را اضافه کنید و دوباره مخلوط کنید تا یخ‌ها خرد شوند. آب لیمو را بگیرید و با شربت قند به مخلوط اضافه کنید. هنگام سرو می‌توانید برش‌های باریک خیار را داخل هر لیوان بیندازید. برای تهیه شربت قند یک پیمانه آب و یک پیمانه شکر را با هم مخلوط کنید و داخل قابلمه بریزید و با شعله متوسط حرارت دهید تا زمانی که شکر حل شود. پس از خنک شدن آن را به آگوئا فرسکا اضافه کنید.

نکتـــه: حدود ۹۰٪ وزن خیار را آب تشکیل داده است. خیار خون را تصفیه کرده و کبد را جلا می‌دهد. این نوشیدنی در ماه رمضان گزینه بسیار مناسبی برای کسانی است که قصد تصفیه خون و دستگاه گوارش خود را دارند. همچنین این نوشیدنی خنک برای افراد صفرا مزاج بسیار مناسب است

وقتی می خواهید نخود فرنگی را بپزید، آن را با غلافش بپزید. بعد از پخت، نخود فرنگی از غلاف جدا می شود و روی آب می آید. این کار سبب میشود نخود فرنگی طعم بهتری هم پیدا کند.

شیرینی کنجدی مغزدار فندقی

به کمک همزن دستی مولینکس

آشپز: برنده این دوره آقای جلال سیدعلیان



مواد لازم :

کره مارگارین: ۱۶۰ گرم
پودر شکر: ۱۰۰ گرم
آرد: ۲۵۰ گرم
زرده تخم مرغ: ۱عدد
پودر کاکائو: ۱۵ گرم
بیکینگ پودر: ۱ قاشق مرباخوری
کنجد: ۵۰ گرم
وانیل: یک چهارم قاشق مرباخوری
فندق به میزان لازم
شکلات تخته ای برای تزیین

طرز تهیه :

همه مواد باید هم دمای محیط باشند. پودر کاکائو و پودر شکر و آرد را به طور جداگانه یکبار الک می‌کنیم. فر را با دمای ۱۸۰ درجه سانتیگراد به مدت ۱۰ دقیقه روشن می‌کنیم تا گرم شود بعد فندق‌های خام را در سینی فر می‌گذاریم و به مدت ۵ دقیقه در فر قرار می‌دهیم تا تست شود بعد از فر در می‌آوریم و روی پارچه مخصوص آشپزخانه می‌ریزیم و با دست ماساژ می‌دهیم تا پوست رویی فندق‌ها جدا شده و فندق سفید شود. شکلات‌های تخته‌ای در رنگ‌های دلخواه را به صورت غیر مستقیم روی بخار کتری قرار می‌دهیم تا آب شود. دقت شود آب داخل شکلات ریخته نشود چون باعث سفتی شکلات خواهد شد. کره مارگارین و شکر و وانیل را ابتدا با دور کند همزن برقی مولینکس هم می‌زنیم و سپس دور همزن برقی مولینکس را تند می‌کنیم و حدود ۳ دقیقه با همزن می‌زنیم تا کرم رنگ و پوک شود بعد زرده تخم‌مرغ را اضافه می‌کنیم و حدود ۲دقیقه با همزن برقی هم می زنیم و سپس پودر کاکائو و کنجد را اضافه می‌کنیم و کمی با همزن مخلوط می‌کنیم و نصف آرد و همه بیکینگ پودر را به مواد اضافه می‌کنیم و دوباره با همزن‌برقی مولینکس هم می‌زنیم و وقتی که خمیر سنگین شد، پایه همزن را با خمیرزن عوض می‌کنیم و کم‌کم آرد را اضافه می‌کنیم و خوب مخلوط می‌کنیم تا خمیر منسجم و یکدستی بدست آید. از خمیر، گلوله‌های ۱۰ گرمی برمی‌داریم وبا کمک دست به شکل توپ درمی‌آوریم و وسط آن حفره‌ای درست می‌کنیم و ۱ فندق کامل داخل آن می‌گذاریم و خمیر را جمع می‌کنیم و دوباره گرد می‌کنیم و با فاصله داخل سینی فر قرار می‌دهیم، چون بیکینگ پودر موجود در مواد باعث پف‌کردن شیرینی می‌شود. سینی را در فر با دمای ۱۸۰ درجه سانتیگراد به مدت ۱۵ تا ۲۰ دقیقه قرار می‌دهیم. وقتی از فر خارج کردیم با شکلات آب کرده رنگی تزیینشان می‌کنیم.

این شیرینی به مدت ۱ ماه در دمای معمولی و به مدت ۳ماه در فریزر، در ظرف دردار قابل نگهداری می‌باشد.

ضمانت بدر، تنها ضمانت معتبر محصولات
Moulinex ■ KRUPS ■ TC ■ TOSHIBA
بدر



لیموناد مادلاین

به کمک آبمرکبات گیری مولینکس



مواد لازم:

۶ عدد لیموترش زرد یا ۱/۵ پیمانه آب لیمو

۲ عدد لیموترش سبز

۱ پیمانه شکر

۶ پیمانه آب

یک پیمانه تمشک تازه

روش تهیه: در یک پارچ بزرگ، آب لیموها، شکر و آب را با هم مخلوط کنید. هم بزنید تا شکر حل شود. تمشک را اضافه کنید. روی آن را بپوشانید و اجازه دهید یک شب تا صبح در یخچال بماند.

نکته: لیموترش سرشار از ویتامین و اسید سیتریک بوده و دوست سلامتی شماست. تمشک نیز سرشار از ویتامین های C و K است. هر دو خاصیت خنک کنندگی داشته و به رفع عطش روزه داران کمک فراوانی می کند. با نوشیدن این لیموناد، آب و ویتامین C مورد نیاز خود را تامین کنید

نان خرمایی

به کمک همزن کاسه‌دار مولینکس



آشپز: برنده این دوره خانم رضوان تاج سعید

مواد لازم:

آرد: ۳۵۰ گرم

شیر: ۱۲۵ میلی لیتر

شکر: ۳ قاشق غذا خوری

مخمر: ۱ قاشق چای خوری

کره: ۳۰ گرم

نمک: ۱/۸ قاشق چای‌خوری

تخم مرغ: ۱ عدد

دارچین: نصف قاشق چای خوری

مواد میانی:

خرما: ۱۲۰ گرم

دارچین: ۲ قاشق چای خوری

گردو پودر شده : ۱۰۰ گرم

طرز تهیه:

ابتدا خمیر نان را تهیه می‌کنیم، تخم مرغ و شکر را داخل کاسه همزن مولینکس ریخته و کمی بزنید، سپس کره نرم شده و دارچین و شیر و مخمر و نمک را اضافه کرده و با درجه ۲ همزن مواد را میکس کنید، سپس میله‌های همزن را خارج کرده و میله‌های خمیر زن را وصل کنید، آرد را اضافه کرده و به مدت سه دقیقه با درجه ۵ همزن، مواد را ورز دهید تا خمیر به شکل گلوله در بیاید و دیگر مواد به کاسه نچسبد. سپس روی کاسه را با سلفون پوشانده و به مدت یک ساعت استراحت دهید، در این فاصله مواد میانی را با هم مخلوط کنید، سپس خمیر را به صورت مستطیل به ضخامت یک سانتی‌متر باز کرده و مواد را روی آن بمالید و خمیر را رول کنید، داخل قالب مستطیلی قرار داده و اجازه دهید به مدت نیم ساعت دیگر استراحت کند، روی خمیر را زرده تخم مرغ بمالید و آن را در فر با دمای ۱۷۵ درجه به مدت ۳۰ تا ۳۵ دقیقه بپزید.



بهترین روش باز شدن یخ ماهی، قرار دادن ماهی درون شیر است. شیر طعم یخی ماهی را از بین می‌برد و به آن طعم تازگی می‌دهد.



شیربرنج عسلی گردویی

به کمک همزن قلمی و آسیاب مولینکس



مـواد لازم:

برنج قهوه ای: یک پیمانه

عسل : یک قاشق غذاخوری

شیر : دو لیوان

گردوی آسیاب شده: به مقدار لازم

طـرز تهیـه: برنـج را از یک روز قبل خیس کنید تا نرم‌تر شـود. برنج را با مقـداری آب روی حرارت قرار دهید تا بپزد. شـیر را به آن اضافه کنید و آرام هم بزنید. بعد از اینکه شیر کمی جوشید حرارت را خاموش کنید و عسـل را به آن اضافه نمایید. برنج قهوه‌ای نسبت به برنج سفید بافت سخت‌تری دارد البته، با استفاده از همزن قلمی مولینکس، مواد شیر برنج را به صورت کاملا یکنواخت در می‌آوریم و در آخر شیر برنج را داخل ظرف مناسب بریزید و روی آن را با گردوی آسیاب شده تزیین کنید.

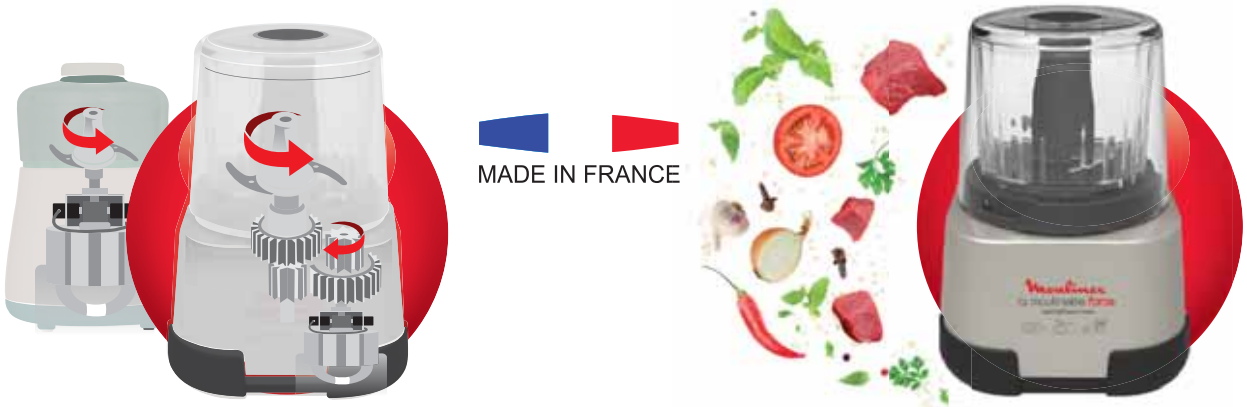
نکتـه: برنج قهوه‌ای دارای سبوس و غنی از ویتامین B می‌باشد و برای رفع یبوست بسیار مفید می‌باشد. یکی از گزینه‌های مناسـب در وعـده افطار پس از سـاعات طولانی روزه‌داری ترکیبی از شـیر و عسل می‌باشد. عسل حاوی آنتی اکسیدان است، از این رو مصرف آن برای سـلامت قلب و عروق مفید است. شیرینی عسل طبیعی می‌باشد، به گونه‌ای که حتی بیماران دیابتی نیز می‌توانند از شیرینی آن لذت ببرند.

ضمانت بدر، تنها ضمانت معتبر محصولات
Moulinex ■ KRUPS ■ TG ■ TOSHIBA
بدر

معرفی DP790

این دستگاه با داشتن موتور گیربکسی عملکرد قوی تری را ارائه می‌دهد. این دستگاه مواد غذایی مختلف از جمله انواع سبزیجات، مغزها، گوشت و ... را با قدرت بیشتری به ازاء مصرف برق کمتر خرد می‌کند. با وجود ظرف خردکن ۸۰۰ میلی لیتری دیگر نگران خرد کردن حجم زیاد مواد غذایی خود، نباشید. موتور گیربکسی موجود در این خردکن، سبب شده تا در اثر فشار بیش از حد هنگام خرد کردن مواد غذایی هیچ گونه آسیبی به موتور اصلی دستگاه وارد نشود.





مدل دستگاه	سال طراحی	تکنولوژی ساخت	توان مصرفی	توان خروجی	کارایی	عملکرد	ظرفیت واقعی
دستگاه خردکن DPA1	2004	موتور معمولی (انتقال قدرت مستقیم)	1000W	کمتر از 1000W	سبزیجات و گوشت نرم	خرد کردن ۴۰۰ گرم گوشت در ۵ دقیقه	۲۰۰ گرم
دستگاه خردکن DP790	2013	موتور گیربکسی (انتقال قدرت توسط گیربکس)	500W	تا 1200W	سبزیجات، گوشت نرم و گوشت سخت	خرد کردن ۸۰۰ گرم گوشت در ۳ دقیقه	۴۰۰ گرم

افزودن نمک به گوشت خام قبل از پخت، طعم آن را از بین می‌برد در حالی که افزودن کمی نمک به ماهی قبل از پخت به طعم آن می‌افزاید.



دست پیچ

به کمک چرخ گوشت مولینکس



آشپز: برنده این دوره خانم اکرم آزاددوست



مواد لازم:

گوشت چرخ کرده خیلی نرم: نیم کیلو
تخم مرغ: ۲ عدد
شیر: ۱ پیمانه
آرد نخودچی: ۱ پیمانه
تخم مرغ سفت: ۴ تا ۵ عدد
روغن: ۳ تا ۴ قاشق سوپخوری
پیاز رنده شده: ۲ تا ۳ قاشق سوپخوری
نمک و فلفل: به مقدار لازم

طرز تهیه:

شیر، پیاز، تخم‌مرغ‌ها، آرد نخودچی و کمی نمک و فلفل را مخلوط می‌کنیم و گوشت چرخ شده توسط چرخ گوشت مولینکس را به مواد اضافه می‌کنیم و همه مواد فوق را در خردکن مولینکس ریخته تا مواد کاملا ورز ورز داده شوند سپس یک کاغذ روغنی روی میز می‌گذاریم و کمی آرد روی آن می‌پاشیم و مایه گوشت را روی کاغذ پهن می‌کنیم به ترتیبی که شکل مستطیلی پیدا کند و قطر آن تقریبا ۲ سانتی‌متر شود. تخم مرغ سفت را پوست گرفته و وسط گوشت می‌گذاریم و گوشت را از یک طرف روی تخم مرغ‌ها آورده و لوله می‌کنیم. در ظرفی که گنجایش داشته باشد ۲ تا ۳ قاشق روغن و دو لیوان آب و کمی نمک و فلفل و یک قاشق رب گوجه فرنگی، یکی دو عدد پیاز و هویج خرد شده، می‌ریزیم و می‌گذاریم جوش بیاید. رول گوشت را با کاغذ بلند کرده ودر ظرف می‌گذاریم تا با حرارت ملایم به مدت نیم ساعت بپزد بعد گوشت رول شده را با کفگیر می‌غلطانیم و می‌گذاریم چند جوش بزند و سس آن غلیظ شود. بعد آن را از ظرف خارج می‌کنیم و سس آن را صاف کرده و کمی رب گوجه فرنگی به آن می‌زنیم در صورتی‌که سس خیلی غلیظ شود کمی آب به آن اضافه می‌کنیم و می‌گذاریم سس یکی دو جوش بزند. و در آخر دست پیچ را برش می‌دهیم.

سس را روی دست پیچ بریزید و اطرافش را با جعفری و حلقه‌های گوجه فرنگی تزیین کنید

ضمانت بدر، تنها ضمانت معتبر محصولات
Moulinex ■ KRUPS ■ TOSHIBA
بدر

تابستان و تندرستی

تیروتوت



توت حاوی کلسیم،آهن، ویتامین A ،B1، B2، B3، C، آب، فیبر و منیزیم است. افراد مبتلا به دیابت نیز می‌توانند از این میوه خوشمزه لذت ببرند.

تیروتوت فرنگی



توت فرنگی منبع خوبی از فیبر، ویتامین‌C، فولات، پتاسیم و آنتی‌اکسیدان‌ها می‌باشد. با خوردن توت فرنگی بدنتان را در برابر انواع سرطان‌ها بیمه کنید.

تیروتمشک



تمشک سرشار از ویتامین C و K است، با خوردن تمشک خون خود را از آلودگی‌ها تصفیه کنید.

تیروترخان



با این سبزی خوشمزه و معطر، آهن، پتاسیم، کلسیم و ویتامین‌های A بدن خود را تامین کنید.

مردادوموسیر



موسیر در کاهش قند خون افراد دیابتی معجزه می کند.

مردادومارچوبه



مارچوبه بخورید و ویتامین‌های A، E، K، C، B3، B1،B2 و اسید فولیک وگلبول‌های قرمز در بدنتان بسازید.

مردادومرزه



با نوشیدن دمنوش مرزه معده خود را تقویت کرده و به جنگ ویروس تبخال بروید.

شهریوروشلیل



شلیل سرشار از ویتامین‌های C و A و بهترین میوه برای افراد گرمازده است.

شهریوروشوید



برای کسانی که اشتهای زیادی به غذا ندارند و لاغر هستند تخم شوید بهترین دارو است زیرا اشتها را زیاد کرده، معده را تقویت می‌کند و به بدن انرژی می‌دهد.

شهریوروشنبلیله



شنبلیله سرشار از ویتامین B3 است. اگر عروقتان گرفته است، حتما شنبلیله بخورید.

شهریوروشاتوت



این نوع توت از ساخته شدن کلسترول بد که به بیماری‌ها و حملات قلبی منجر می‌شود، جلوگیری می‌کند. علاوه بر این، شاتوت دارای ویتامین‌های A ، C و مقادیر فراوانی ویتامین‌های گروه B و K می‌باشد.

برای آن که پخچال بوی خوبی بگیرد کمی وانیل را به پنبه‌ی آغشته کرده و درون پخچال بگذارید

نوشیدنی توت‌فرنگی
به‌کمک مخلوط‌کن مولینکس

مواد لازم:
۱/۲ فنجان توت فرنگی
۱/۲ فنجان تمشک
۱/۲ موز
۱/۲ فنجان ماست وانیلی
۱/۲ فنجان شیر بدون چربی
۲ قاشق غذاخوری عسل
۴ قالب مکعبی یخ

طرز تهیه:
توت فرنگی، تمشک، موز، ماست، شیر کم چرب و عسل را داخل مخلوط‌کن مولینکس ریخته تا یک پوره میوه صاف و یکدست به دست آید و در آخر تکه‌های یخ را اضافه کنید.

نکته:
این اسموتی سرشار از آنتی‌اکسیدان است. استفاده از انواع توت به داشتن زندگی سالم کمک کرده و خطر ابتلا به سرطان را پایین می‌آورد. نوش جان.

ضمانت بدر، تنها ضمانت معتبر محصولات
Moulinex ■ KRUPS ■ TOSHIBA
بدر

چاروست خرما و سیب

به کمک غذاساز مولینکس

مواد لازم:

۱ و ۱/۲ فنجان گردو
۲ عدد سیب پوست کنده و بدون هسته
۱و ۱/۲ فنجان خرمای خشک
۱/۳ فنجان آب سیب
۱ و ۱/۲ قاشق غذاخوری عسل
۱ قاشق چای‌خوری دارچین

طرز تهیه:

گردو را در غذاساز مولینکس کمی خرد می‌کنیم.
تکه‌های سیب را اضافه و کمی خرد می‌کنیم.
بقیه مواد را داخل غذاساز می‌ریزیم و کاملاً له می‌کنیم.
بهتر است این شیرینی یک روز زودتر تهیه شده و در یخچال بماند تا مزه‌ها به خوبی به خورد هم بروند.

نکته:

چاروست یک شیرینی فوری و خوشمزه، چیزی شبیه حلوا که می‌توانید با بیسکوییت یا نان قندی میل کنید.
متخصصان تغذیه معتقدند: خوردن خرما به تنهایی یا همراه با لبنیات از جمله شیر برای کوفتگی و خستگی مفرط ناشی از روزه گرفتن یا فعالیت‌های سنگین بسیار مفید است و در کاهش چربی و تامین پروتئین بدن بسیار موثر است. خرما سرشار از انواع ویتامین از جمله E-C-B-A است همچنین دارای فلزات معدنی مثل فسفر، کلسیم، آهن، ید و منیزیم می‌باشد. در روایات نیز باز کردن روزه با خرما بسیار توصیه شده است.

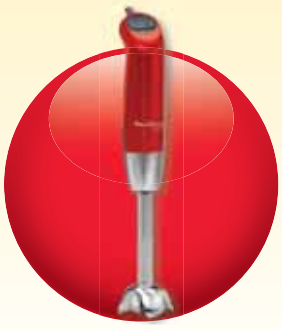
افزودن یک قاشق مرباخوری سرکه به روغن هنگام سرخ کردن دونات مانع جذب روغن می شود.

تست کنجدی

به کمک همزن قلمی مولینکس

آشپز: برنده این دوره خانم فاطمه یادگاری





مواد لازم :

نان تست: ۱ بسته

سینه مرغ فیله شده: ۱ عدد

سیر: ۲ حبه

تخم مرغ: ۲ عدد

کنجد: به میزان لازم

زعفران، نمک، فلفل سیاه: به میزان لازم

طرز تهیه :

ابتدا تمامی مواد را (سینه مرغ، سیر، زعفران، نمک، فلفل) را داخل ظرف ریخته و به کمک همزن قلمی مولینکس میکس می‌کنیم تا به صورت خمیر درآید. سپس چهار طرف نان تست را بریده و نان‌ها را از وسط دو نیم می‌کنیم. بعد خمیر مرغ را با کارد روی نان‌ها می‌مالیم و بعد سفیده تخم‌مرغ‌ها را از زرده جدا کرده و بوسیله قلم موی آشپزی روی خمیر مرغ می‌مالیم و به کنجد آغشته می‌کنیم. در آخر نان‌ها را در روغن سرخ می‌کنیم.



نظرسنجی و جایزه

شرکت بدرسان الکتریک در نظر دارد به منظور بهره‌مندی از نظرات ارزشمند شما سروران و در راستای پیشرفت و بهبود خدمات خود به مشتریان وفادارش، نظرسنجی با شرایط ذیل برگزار نماید. بدین منظور از شما دوستداران عزیز درخواست می‌شود با شرکت در این طرح نظرخواهی، ما را در پیشبرد این امر راهنمایی نموده و از جوایز ارزنده مولینکس برخوردار شوید.

آیا از دسترس بودن و نحوه ارسال مجله آشپزی با مولینکس رضایت دارید؟

۱) بلی ۲) خیر

آیا از کیفیت مطالب و محتوای مجله آشپزی با مولینکس رضایت دارید؟

۱) بلی ۲) خیر

خواهشمندیم گزینه مورد نظر خود (۱ یا ۲) را به صورت یک عدد دو رقمی که دهگان آن جواب سوال اول و یکان آن جواب سوال دوم است به شماره پیامک ۱۰۰۰۲۲۳۷۷۸۶ ارسال نمایید.

شرکت بدرسان الکتریک با آغوش باز پذیرای نظرات، پیشنهادات و انتقادات شما عزیزان می‌باشد. شما می‌توانید نظرات خود را به آدرس تهران، خیابان کریمخان زند، خیابان استاد نجات اللهی جنوبی، پلاک ۱۸۸ و یا به ایمیل آدرس CU@badrsun.com ارسال نمایید.

پیشاپیش از اینکه با رهنمودهای ارزشمند خود ما را راهنمایی می‌فرمائید بسیار سپاسگزاریم.

ضمانت بدر، تنها ضمانت معتبر محصولات
Moulinex ▪ KRUPS ▪ TOSHIBA
بدر



تابستان ۱۳۹۳
با خرید هر یک از محصولات

Moulinex ■ KRUPS ■ TC ■ TOSHIBA

جهت شرکت در قرعه‌کشی جشنواره تابستانه مولینکس، پس از خرید یکی از برندهای دارای ضمانت‌نامه بدر (مولینکس،کروپس،تک الکتریک وتوشیبا) به یکی از روش‌های زیر ثبت نام فرمایید:

۱. **ارسال شماره کارت گارانتی از طریق پیامک به شماره ۱۰۰۰۲۲۳۷۷۸۶**
۲. **مراجعه به وب‌سایت www.badrsun.com و وارد نمودن اطلاعات در باشگاه مشتریان بدرسان الکتریک**

لطفا کارت ضمانت دستگاه خریداری شده را تا زمان اعلام نتایج قرعه‌کشی و پس از آن نزد خود نگه دارید.



ضمانت بدر، تنها ضمانت معتبر محصولات
Moulinex ■ KRUPS ■ TC ■ TOSHIBA

بدر