

سرکه :

نتایج تحقیق و بررسی دانشمندان در مورد فواید سرکه سیب و خواندنیهایی درباره سرکه امروز از تلفیق چند مقالخ علمی و مفید و نتایج تحقیق دانشمندان راجه به سرکه برای شما عزیزان مقاله ای کامل و جامع در راستای دانستنیهای سرکه و نحوه استفاده آن ارائه کرده ام امیدوارم مورد استفاده و بهره عزیزان قرار گیرد...

:: سرکه ::

تعریف: سرکه مایع ترشی است که از اکسید شدن اتانول موجود در آب سیب، ماء الشعیر و موادی از این قبیل به دست می آید. معمولاً ۳ تا ۵ درصد از حجم سرکه ها، اسید سیتریک می باشد. البته سرکه های طبیعی، اسید تاتاریک و اسید سیتریک کمتری دارند . تولید سرکه: معمولاً با اضافه نمودن مادر سرکه به آب سیب یا امثال آن، سرکه تهیه می کنند. عمل اکسید شدن را باکتری اسید استیک انجام می دهد. این باکتری در سال ۱۸۶۴ م توسط لوئی پاستور کشف شد .

استفاده از سرکه در پخت و پز: برای طعم و مزه دادن به انواع غذاها از سرکه به عنوان نوعی چاشنی استفاده می کنند. در تهیه ی انواع ترشی هم این ماده بسیار کاربرد دارد . سرکه مالت: این نوع سرکه را با مالت کردن جو درست می کنند. در فرایند مالت کردن، نشاسته موجود در دانه جو به قند تبدیل می شود. سپس از این قند، آب جو پدید می آید که

با گذشت زمان این ماده تبدیل به سرکه می شود. روشی دیگر، استفاده از محلول ۴-۸ درصدی اسید استیک است که با استفاده از کارامل، آن را رنگی کرده اند .

مردمان آمریکایی و انگلیسی معمولاً از سرکه مالت همراه با غذای ماهی و سیب زمینی سرخ کرده استفاده می کنند .

سرکه سفید: این نوع سرکه را با تقطیر سرکه مالت تهیه می کنند. البته می توان آن را تنها با مخلوط نمودن اسید استیک با آب هم تهیه نمود .

سرکه حنایی رنگ: این نوع سرکه بسیار معطر است که مواد تشکیل دهنده آن را باید مدت زیادی بگذارند بماند تا این نوع سرکه تولید شود. سرکه حنایی رنگ در کشور ایتالیا تهیه می شود .

سرکه برنج: مردمان ژاپن دوست دارند که سرکه خود را با برنج تهیه کنند. این سرکه خوشمزه است و با انواع غذاها مصرف می شود. سرکه برنج از تخمیر شراب برنج که مردم ژاپن از آن استفاده می کنند تهیه می شود و مزه غذا را دلچسب تر می کند. رنگ آن طلایی است و نسبت به سرکه های اروپایی طعم ملایم تری دارد .

خاصیت پاک کنندگی: سرکه نوعی ماده پاک کننده خنثی و ارزان قیمت است که به محیط زیست هم هیچ آسیبی نمی رساند (بر خلاف برخی مواد پاک کننده .) معمولاً از سرکه سفید

برای پاک کردن استفاده می شود .

برای مثال، مخلوط آب و سرکه (یک قسمت سرکه و چهار قسمت آب) قادر است تا شیشه

های پنجره را به خوبی تمیز کند. اگر احساس می کنید که پس از تمیز کردن شیشه ها با

سرکه، شیشه ها چرب شده اند نصف قاشق غذاخوری صابون مایع به مخلوط اضافه کنید. این

صابون مایع هر گونه لک و چربی شیشه را از بین می برد .

لوله ها را می توان با استفاده از مخلوط سرکه سفید و جوش شیرین تمیز کرد. پس از مدت

زمان معین، چند گالن آب داخل لوله بریزید تا اثر سرکه و جوش شیرین کاملاً از بین برود .

مصارف دارویی: از سرکه در کشور چین به عنوان نوعی داروی خانگی استفاده می شود.

معمولاً سرکه را برای جلوگیری از پخش ویروس سارس و ذات الریه مورد مصرف قرار می

دهند. بنابراین سرکه خاصیت ضد ویروسی دارد .

همان طور که می دانید، هیدروژن برای نابود کردن باکتری و ویروس های مواد غذایی پیش

از نگهداری غذا در یخچال به کار می رود. برای تهیه ی اسپری هایی که به منظور کنترل

بیماری ذات الریه، معمولاً در قاره آسیا مورد استفاده قرار می گیرند، ۵ درصد اسید استیک و

۳ درصد هیدروژن را با هم مخلوط می کنند

و حالا توضیحی پیرامون سرکه سیب و خواص آن:

سرکه سیب که از آب سیب تازه به عنوان ماده اصلی با استفاده از باکتریهای اسید استیک

سازش یافته تهیه میشود دارای ارزش غذایی بالایی میباشد.

سرکه سیب شامل هیجده اسید آمینه مورد نیاز بدن (با نسبت های مناسب لیزین و تریپتوفان) ویتامینهای (۱۰۰ میلی لیتر - ۲۰۰ میلی گرم E - B1 - B2 - B6 - C) (و میکرو المنتهای سولفور - فسفر - کلسیم - روی - منیزیم و غیره می باشد.

دانشمندان و متخصصان تغذیه بر این باورند که مصرف مداوم سرکه سیب باعث یکسری تغییرات در بدن شود که منجر به کاهش خستگی و فرسودگی بدن - کنترل و نابودی باکتریهای مضر - عدم ابتلا به سرما خوردگیهای ویروسی و یا کاهش آن - افزایش اشتها و کمک به هضم غذا - جلوگیری از یبوست و بالاخره چربی اضافی تبدیل به صورت انرژی و در نتیجه کاهش وزن گردد.

ویتامین C و Aha موجود در سرکه سیب باعث مرطوب نگه داشتن پوست - الاستیسیته بهتر آن و همچنین کاهش یا حذف چین و چروک و بهبود کیفیت پوست میشود و نهایتا از شل شدن آن جلوگیری میکند و منجر به شفاف شدن پوستهای تیره میشود. از دیگر فواید سرکه سیب جلوگیری از ایجاد خالهای سنین پیری میباشد.

بررسی های آماری بر روی ۲۲۷ نفر که بطور مداوم سرکه سیب را به مدت یک تا دو ماه به مقدار حداقل روزانه ۲۰ سی سی مصرف نموده اند نشان میدهد ۱۰۲ نفر از آنها که سنی بیش از ۴۵ سال داشتند و دارای فشار خون بالایی بودند ضمن کاهش فشار خون و رفع خستگی و

فرسودگی بدن یبوست سنین پیری آنها نیز برطرف گردیده. ۱۱۳ نفر که بین سنین ۴۵-۲۵ سال بودند احساس نمودند که پوست آنان نرم و مرطوب گردیده و الاستیسیته بهتری نسبت به قبل دارد و سرحال و با نشاط شدند و ۱۲ نفر که ۲۰ سال سن داشتند اشتهای بیشتری پیدا کردند و رژیم قبلی غذایی آنها تغییر کرد.

در همین راستا به مقاله مفید و جامعی از سایت سر که تاکسا برخوردارم که مطالعه آن خالی از لطف نیست

مقدمه:

بدون شک قدیمی ترین شیوه که بشر به وسیله تجربه و خطا از طبیعت آموخته، روشهای تخمیر است، اصولاً هر زمانی که شرایط محیطی بین جانداران ذره بینی و مواد غذایی مساعد گردد، تخمیرهای طبیعی رخ می دهد. چنین فعل و انفعالاتی برای انحلال مواد موجود در طبیعت ضروری است. تخمیرهای طبیعی نقش حیاتی در توسعه و تکامل تمدنهای بشری از قدیم الایام به عده داشته اند. برخی از این فعل انفعالات تخمیری تغییراتی سریع اما مفید ایجاد می کند که قابل مشاهده است.

انسانهای اولیه کشف کردند که برخی از آبمیوه های الکلی و شیرهای ترش، ماندگاری بیشتری داشته و لذا مقداری از منابع غذایی خود را با این روش نگهداری می کردند، این

کشفیات مربوط به هزاران سال قبل از اینکه بشر دانش تولید تخمیر را فرا بگیرد بوده است .
با آزمون و خطا تدریجا بشر آموخت که از تخمیر طبیعی استفاده کند . نه تنها بسیاری از محصولات فسادپذیر با این شیوه نگهداری می شوند بلکه در همان ایام بشر با بافت و طعم و مزه این فرآورده های تخمیر شده خو گرفت .

اکنون روشهای برتری از تخمیر متداول شده است ، از این رو در جوامع پیشرفته از این شیوه بیشتر بعنوان یک فن نوع سازی استفاده شده است . در کشورهای در حال توسعه روشهای تخمیر و خشک کردن بعنوان شیوه های اصلی در نگهداری مواد غذایی هنوز متداول است .

تولید سرکه :

تقریباً هزار سال پیش هنگامی که عصاره میوه جات مدت زیادی ماند و ترش گردید ، بطور اتفاقی سرکه کشف شد . در اصل ، طرز عمل و فرایند ایجاد سرکه تخمیر قندهای طبیعی به الکل و سپس تخمیر الکل به سرکه است .

انواع سرکه :

بر اساس ماده اولیه مورد استفاده اسم گذاری می شود :

۱ - سرکه طبیعی

بر اساس ماده اولیه به کار رفته اسم گذاری می شود :

۱ - سرکه میوه جات : سرکه سیب ، انگور ، هلو ، کشمش ، توت و هندوانه

۲- سرکه مالت : حاصل از جو ، گندم ، ذرت خوشه ای ، غلات و حبوبات

۳- سرکه شیرابه های قندی : ملاس و عسل ، شربت افرا و نیز انواع چغندر

۴- سرکه الکل : از جهت عطر و طعم محدودیت دارد.

سرکه برای درمان بیماریها :

بسیاری از تولید کنندگان سرکه در جهان ، بر این باورند که روشهای تولید سرکه هنوز نیاز به

تحقیقات جامع و گسترده و بررسیهای مشخص در هر مورد خاص دارد. در نتیجه می توان

گفت که بسیاری از خواص سرکه از جمله خواص درمانی ناشناخته مانده است .

بنظر می رسد که استفاده منظم از سرکه به مقدار معین نه تنها عاری از زیان و ضرر خواهد

بود ، بلکه تندرستی کامل و شگفت انگیزی را به ارمغان می آورد .

ارزش دارویی سرکه در درمان اختلالاتی که باعث کسالت و بیماری می شود ثابت شده

است . دکتر پاول سی براگ در مورد سرکه عصاره سیب می گوید:

سالها پژوهش و بررسی این نکته مهم و اساسی را به من ثابت کرده است که سرکه عصاره

سیب یک منبع سرشار از پتاسیم است . این ماده همچون یک نیروی قوی با مواد سمی و

میکروبهای بیماری زا مبارزه می کند . اگر سرکه را با افزودن با آب رقیق کنند، این عامل می

تواند باعث فاسد شدن ترشی شود

مدت عمر سرکه تغریبا نامشخص است . سرکه به خاطر ماهیت اسیدی خود ، خود را حفظ

می کند و نیازی به نگهداری آن در یخچال نیست. سرکه سفید، بدون هیچ تغییری، مدت زمان طولانی باقی می ماند. برخی تغییرات ظاهری را در انواع دیگر سرکه می توان مشاهده کرد از قبیل تغییر رنگ، یا گسترش تیرگی رنگ و یا ناقصی، ته نشین شدن و ایجاد لایه رسوبی در ته ظرف اما این تغییرات، تغییری ظاهری از نظر زیبایی رنگ و شکل سرکه است و نه ماهیت آن، یعنی باز هم با اطمینان خاطر می توان سرکه را مصرف کرد. در واقع بسیاری از مردم سرکه را هنوز به خوبی نشناخته اند. سرکه نه تنها یک چاشنی خوب برای ماهی، مرغ، چپس سیب زمینی، سبزیجات محسوب می شود، بلکه موارد مصرف بسیار زیادی در دستور تهیه غذاهای متنوع دارد. سرکه افسونگر آشپزخانه می گویند، زیرا در موارد گوناگون در گوشه و کنار خانه می توان از آن استفاده کرد. امیدواریم شما نیز آشنایی بیشتر و بهتر با سرکه این معجزه گر ماهر بتوانید اطلاعات نهفته ای که درباره مفید بودن سرکه وجود دارد به نحو مطلوب تری از آن استفاده کنید.

استفاده از سرکه در منزل:

تمیز کردن ظرفشویی: برای تمیزی و خوشبو نگه داشتن آب گذر ظرفشویی تان، به اندازه نصف فنجان سرکه سفید تا کسا در لگن آبکش ظرفشویی بریزید و کمی بعد با با باز کردن شیر آب گرم آن را بشوید. استفاده از سرکه برای درخشش لوله ها و شیرهای دستشویی و ظرفشویی: یک قاشق چایخوری نمک را در دو قاشق غذاخوری سرکه سفید تا کسا حل

کنید و از این محلول برای تمیز کردن و زدودن آثار لکه های صابون و لکه هایی که بر روی شیر آلات و لوله های کروم و پلاستیک بیرونی وجود دارد استفاده کنید . تمیز کننده لوازم بهداشتی چینی : از قبیل وان حمام و غیره .

تمیز کردن و برق انداختن پیشخوان ها : روی میزهای فرمیکا و پیشخوانهای فرمیکا را می توان با مالیدن پارچه آغشته به سرکه سفید تاکسا، بر روی سطح میز تمیز و درخشان کرد . تمیز کردن فرشهای ماشینی : برای شستشو و تمیز کردن فرش ماشینی ، نصف فنجان سرکه سفید تاکسا را به نصف گالن آب گرم اضافه کنید و آنگاه فرش را با این محلول و اسفنج بشویید . خواهید دید که تمیز و درخشان خواهد شد .

سرکه تاکسا برای جلا دادن : برای جلا دادن و صیقلی کردن کروم و فولاد سیاه می توانید پارچه را با سرکه تاکسا خیس کنید و آن را به شیء مورد نظر بمالید تا تمیز و صیقلی شود . پولیش چهار چوبها و قابهای چوبی : برای تمیز کردن و پولیش زدن چهارچوبها و قابهای چوبی مقدار دو سی سی روغن زیتون را با حدود ۶۵ سی سی سرکه سفید تاکسا و حدود یک لیتر آب گرم مخلوط کنید . بعد با یک پارچه نرم در محلول مرطوب کنید و بر روی چهارچوب بمالید و با پارچه نرم و خشک آن را پاک کنید تا رنگ زرد و کثیف سطح چوب تمیز شود .

جلا دادن برنج : برای تمیز کردن و جلا دادن اشیاء ساخته شده از برنج و مس و مفرغ می توان

از سرکه تاکسا استفاده نمود. یک قاشق چایخوری نمک را در یک فنجان سرکه سفید تاکسا حل کنید. به مقدار کافی آرد به آن اضافه کنید تا یک نوع خمیر تهیه شود. این خمیر را روی برنج و مس مفرغ بمالید و بگذارید به مدت ۱۵ دقیقه بماند بعد با آب گرم تمیز بشوید و خشک کنید.

چربی مانده: پارچه نظافت را در مخلوطی از سرکه تاکسا و آب خیس کنید و برای تمیز کردن اجاق از آن استفاده کنید. لکه های چربی کاملاً پاک می شود.

رنگ قالی: برای ثابت نگه داشتن رنگ فرش و قالی مخلوطی از یک فنجان سرکه سفید تاکسا و یک گالن آب تهیه کنید. با استفاده از برس روی فرش را از محلول تهیه شده بکشید و بگذارید خشک شود.

پرده حمام: پرده های پلاستیکی حمام را همراه یک حوله در ماشین لباسشویی بشوید. در جریان برنامه شستشو یک فنجان سرکه سفید تاکسا در ماشین بریزید.

دور کردن مورچه ها: برای جلوگیری از تاخت و تاز مورچه ها سطح بالای پیشخوان کابینتها و کف ها را با محلول سرکه تاکسا و آب هر کدام به مقدار مساوی بشوید.

گردوغبار پرده های پنکه و تهویه: برای تمیز کردن پرده های پنکه و تیغه های دستگاه تهویه از گرد و غبار از یک اسفنج کاملاً آغشته به سرکه تاکسا استفاده کنید،

با پاک کردن لایه های چربی و دود و غبار سفت شده از روی پره ها گردش تیغه ها و پره های آزاد شده هوای تمیز پخش خواهد شد.

تمیز کردن اجاق گاز: برای تمیز کردن لکه های تیره و کدر و رسوبات چربی که در قسمتهای فوقانی و اطراف دستگاه اجاق گاز و یخچال پدید می آید می توان از سرکه تاکسا استفاده کرد. برای این کار از سرکه کاملاً قوی و غلیظ تاکسا (سرکه رقیق نشده) استفاده کنید . شاداب نگه داشتن گلها: برای شاداب نگه داشتن شکوفه ها و گلها در گلدان و برای اینکه مدت بیشتری دوام داشته باشد می توان دو قاشق غذاخوری سرکه تاکسا را به اضافه ۳ قاشق غذاخوری شکر به هر لیتر آب اضافه نمود . ساقه گلها باید ۳ تا ۴ سانتی متر در آب قرار بگیرد . بدین ترتیب با ایجاد شرایط مناسب تغذیه می توانید گلها را برای مدت بیشتری نگه دارید . آب مورد مصرف نباید سرد باشد . موارد استفاده سرکه در آشپزی :

برنج: هرگاه یک قاشق سوپخوری سرکه تاکسا به آب جوش برنج اضافه کنید ، برنج کاملاً سفید شده ، قد کشیده و نرم ، پوک ، خوش رنگ و خوش طعم می شود . طعم و بوی کلم: برای جلوگیری از پخش بوی تند کلم در هوای منازل و آشپزخانه مقداری سرکه تاکسا به آب آن اضافه کنید .

تازه نگه داشتن سبزیها : برای تازگی و طراوت سبزیهایی که اندکی پلاسیده شده اند و همینطور برای تازه نگه داشتن سبزیها می توان آنها را در مخلوطی از آب سرد و کمی سرکه تاکسا چند دقیقه خیس کنید.

طعم و مزه غذا: در هر قوطی کنسرو سوپ خورشت یا سسها ، یک قاشق چایخوری سرکه قرمز تاکسا اضافه کنید تا از طعم و مزه ای مطبوع و دلپذیر برخوردار شود .

سس ماهی : ۲ قاشق چایخوری سرکه سفید تاکسا به نصف فنجان خامه غلیظ شده شیرین نشده اضافه کنید ، آنرا بهم بزنید تا سفت شود . این سس برای ماهی دودی بسیار مطبوع خواهد بود .

سس سفید: برای اینکه سس سفید دارای طعم و مزه ای مطلوب شود ، کافی است به اندازه نصف قاشق چایخوری سرکه تاکسا به آن اضافه کنید و بهم بزنید .

طالبی و میوه های دیگر: در صورت دلخواه می توانید چند قطره سرکه قرمز بر روی طالبی گرمک و میوه های کنسرو شده بپاشید تا طعم و بوی خوشایند پیدا کند .

چاشنی: سرکه تاکسا و توت فرنگی در ماست یا خامه بریزید و بهم بزنید و از آن یک چاشنی عالی و خوش طعم برای سالاد میوه تهیه کنید .

شستشوی پارچه های ابریشمی: برای شستن لباسهای ابریشمی در منزل ، نصف فنجان محلول پاک کننده و دو قاشق غذاخوری سرکه تاکسا را با تقریباً ۲ لیتر آب کاملاً سرد مخلوط کنید

تا برای اتو کشیدن آماده شود.

حفظ رطوبت دستها: اگر دستهای شما مدتی در محلولهای پاک کننده قوی یا گچ، آهک،

سیمان یا پودرهای پاک کننده قرار گیرد، پوست دست خشک و چروکیده می شود و از

حالت طبیعی خارج می گردد که می توانید پوست را با سرکه سفید تاکسا مالش دهید.

لکه های نوشابه: لکه های نوشابه های غیر الکی مانند کوکاکولا، پپسی را بر روی پارچه

های کتان، پولی استر و نیمه کتان می توانید با سرکه تاکسا تمیز کنید، مدت ۲۴ ساعت

لکه ایجاد شده را خیس کنید، و برای این منظور سرکه رقیق نشده را مستقیماً روی لکه

بریزید و همان قسمت را با اسفنج مالش دهید و بعد بر طبق دستور العمل تولید کننده پارچه

آنرا شستشو دهید یا خشک کنید.

طرز تهیه برخی از سرکه های مخلوط به روش سنتی:

:: سرکه توت فرنگی ::

مواد لازم:

۱- توت فرنگی تازه یک کیلو

۲- سرکه تاکسا یک کیلو

۳- شکر یک فنجان

طرز تهیه: ساقه ها و دم توت فرنگی ها را بگیرید، توت فرنگی ها را نصف کنید یک چهارم از آن را کنار بگذارید، توت فرنگی ها را در یک کاسه بزرگ بریزید و سرکه را به آن اضافه کنید. روی ظرف را بپوشانید و مدت یک ساعت بگذارید بماند، بعد مخلوط سرکه و توت فرنگی را در یک قابلمه بریزید و شکر را به آن اضافه کنید و روی حرارت بگذارید تا به جوش آید بعد حرارت را کم کنید، سر ظرف را بگذارید تا مدت ده دقیقه آهسته بجوشد مخلوط توت فرنگی را صاف کنید و آب تفاله را نیز کاملاً بگیرید بعد سرکه بدست آمده را در شیشه های دهانه گشاد بریزید و توت فرنگی هایی را که کنار گذاشته اید به آن اضافه کنید و سر شیشه را محکم ببندید و کنار بگذارید تا سرکه کاملاً برسد.

::چاشنی سس::

مواد لازم:

۱- سرکه قرمز تا کسا دو و نیم قاشق غذا خوری

۲- سیر بزرگ ۳ حبه (سیرها خلال و دو نیمه شود)

۳- نمک ۲ قاشق چایخوری

۴- سس مخلوط سرکه و لوییا ۲ قاشق غذا خوری

۵- آب لیموی تازه ۲ قاشق غذا خوری

۶- روغن زیتون سه چهارم فنجان

۷- تخم مرغ ۱ عدد

۸- خردل خشک ۱ قاشق چایخوری

طرز تهیه : سیر را در ظرف فلزی بریزید و خوب له کنید، نمک و خردل را به آن اضافه کنید، مخلوط را ده ثانیه در مخلوط کن خوب بهم بزنید تا عمل آید، روغن زیتون را کم کم به آن اضافه کنید دو باره در مخلوط کن مدت ده ثانیه هم بزنید و بعد به تدریج تخم مرغ را به آن اضافه کنید تا به صورت یک مخلوط خامه ای در آید، بعد مخلوط را در یخچال قرار دهید و بگذارید قوام بیاید. قبل از مصرف بگذارید نیم ساعت در حرارت اتاق بماند . این

چاشنی را میتوان مدت پنج روز در یخچال نگهداری و مصرف کرد.

!!چاشنی سالاد برای کسانی که رژیم غذایی دارند!!

مواد لازم:

۱- سرکه قرمز تاکسا ۱ فنجان

۲- نشاسته ذرت یک و نیم قاشق غذاخوری

۳- جعفری خرد شده ۱ قاشق غذاخوری

۴- نمک سه چهارم قاشق غذاخوری

۵- دانه خشخاش ۱ قاشق چایخوری

طرز تهیه: سرکه و نشاسته ذرت را در یک ظرف با هم مخلوط کنید و روی حرارت یکنواخت

و آرام بهم بزنید تا مخلوط بجوشد و رنگ آن صاف گردد. بعد آن را از روی حرارت برداشته و بقیه مواد را به آن اضافه کنید و بهم بزنید، قبل از مصرف بگذارید سرد شود این چاشنی برای کرفس و قارچ بسیار خوب است.

::سس سرکه قرمز زنجبیل برای کباب::

مواد لازم:

۱- سرکه قرمز تا کسا ۱ فنجان

۲- عسل یک چهارم فنجان

۳- سرکه سفید تا کسا ۳ قاشق غذاخوری

۴- سس گوجه فرنگی یک چهارم فنجان

۵- روغن یک چهارم فنجان

۶- پودر زنجبیل نصف قاشق چایخوری

۷- نمک و پودر سیر نصف قاشق چایخوری

۸- فلفل یک سر قاشق چای خوری

طرز تهیه: تمام مواد را در یک ظرف خوب بهم بزنید تا با هم مخلوط شود از این سس برای

چرب کردن کباب بره، جوجه کباب و گوشت‌های دیگر ضمن پخت استفاده کنید.

سس سبزیجات ::

مواد لازم:

۱- سرکه قرمز تاکسا نصف فنجان

۲- روغن زیتون ۱ فنجان

۳- جعفری خورد شده ۲ قاشق غذا خوری

۴- نمک یک پنجم قاشق غذاخوری

طرز تهیه: تمام این مواد را در یک ظرف بریزید و با هم مخلوط کنید. از این چاشنی می

توان برای سبزیجات پخته سرد و گرم استفاده کرد. مخصوصا برای لوبیا چیتی.

سس کره ای تاکسا برای ماهی ::

مواد لازم:

۱- پیاز خورد شده ۲ قاشق غذاخوری

۲- پودر کاری ۲ قاشق چایخوری

۳- کره نصف فنجان

۴- سرکه قرمز تاکسا نصف فنجان

۵- جعفری خورد شده ۲ قاشق غذا خوری

طرز تهیه: پیاز را با پودر کاری و کره سه یا چهار دقیقه آرام بپزید. بقیه مواد را به آن اضافه کنید و به آرامی حرارت دهید، این سس را می توان با انواع ماهی هم مصرف کرد.

:: پای سرکه ::

مواد لازم:

۱- تخم مرغ ۴ عدد

۲- شکر ۱/۵ فنجان

۳- کره یا مارگارین یک چهارم فنجان

۴- سرکه سفید تا کسا یک پنجم قاشق

۵- وانیل ۱ قاشق چایخوری

۶- ورقه یا ماده اصلی

طرز تهیه: ابتدا فر را تا ۳۵ درجه گرم کنید، تخم مرغ، شکر، کره، سرکه و وانیل را در یک

کاسه بزرگ مخلوط کنید بعد آن ها را مدت ۵۰ دقیقه بپزید تا سفت شود بعد بگذارید سرد

شود و آنرا با مغز بادام یا مغز پسته یا خامه تزیین نموده و سرد نمایید.

:: پای کشمش سرکه تا کسا ::

مواد لازم:

۱- کشمش ۲ فنجان

۲- آب ۲ فنجان

۳- شکر نصف فنجان

۴- نشاسته ۲ قاشق غذا خوری

۵- دارچین نصف قاشق غذاخوری

۶- نمک ۱/۴ قاشق چایخوری

۷- سرکه تاکسا ۱ قاشق غذاخوری

۸- کره یا مارگارین ۱ قاشق غذاخوری

۹- آرد به اندازه کافی

طرز تهیه: کشمش ها را در آب بریزید ۵ دقیقه بجوشانید ، شکر، نمک، نشاسته و دارچین را

به آن اضافه کنید . مخلوط را به کشمش بیافزایید و بپزید تا برنگ صاف و زلال در آید سپس

از روی حرارت بردارید و آن را در سرکه و کره بهم بزنید و آرام سرد کنید بعد آن را در

قالب شیرینی ریخته و در حرارت ۴۲۵ درجه حدود ۳ دقیقه بپزید تا برنگ قهوه‌ای در آید.

:: سرکه پرتقال ::

مواد لازم:

۱- سرکه سفید تاکسا تقریباً یک کیلو

۲- شکر یک فنجان

۳- خلال پرتقال یک پرتقال متوسط

طرز تهیه: سرکه را در یک قابلمه بریزید . شکر و خلال پرتقال را به آن اضافه کنید تا مدت

۲۰ دقیقه بجوشد . سپس بگذارید سرد شود و آنگاه سرکه و خلال پرتقال را در شیشه دهانه

گشاد بریزید و سر آن را محکم ببندید .

:: نوشابه ای خوش طعم برای رفع عطش ::

یک قاشق غذاخوری سرکه توت فرنگی یا پرتقال را در یک لیوان آب و یخ بریزید و بهم

بزنید و از آن یک آشامیدنی خنک و بسیار نشاط آور بسازید .