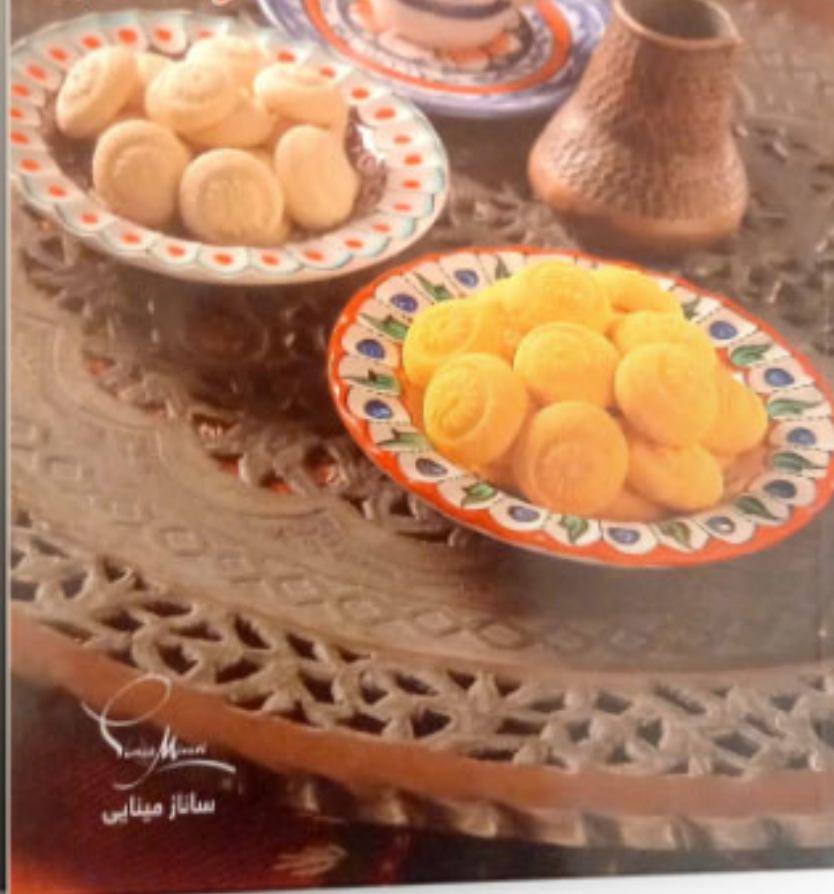


شیرینی سنتی

به روایت

ساناز مینایی



ساناز مینایی



ketabtala



نام کتاب: شیرینی سنتی به روایت سانازسانیا
ناشر: مؤسسه فرهنگی و هنری پویاسازان ساناز و سانیا
مدیر پروژه: ساناز شیرینی
آلبوم عکاسی و طراحی: مؤسسه فرهنگی و هنری پویاسازان ساناز و سانیا
تاریخ نشر: ۱۴۰۰
نوبت چاپ: اول
چاپ: ایبانه
صفحات: یزدا
تیراژ: ۱۵۰۰ جلد
مراکز پخش و فروش: سانازسانیا - www.sanazsania.com

عنوان کامل کتاب: شیرینی سنتی به روایت سانازسانیا
تعداد صفحات: ۱۲۸
شماره شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۷۶۶۳-۸۹۰۲
فهرست نویسی: بر اساس اطلاعات فیبا
موضوع: شیرینی و شیرینی‌پزی -- ایران
موضوع: Confectionery -- Iran
رده‌بندی کنگره: TX۷۹۱
رده‌بندی دیویی: ۶۴۱/۸۵۳
شماره کتاب‌شناسی ملی: ۸۴۷۷۵۶۴

همه حقوق کتاب شیرینی سنتی به روایت سانازسانیا محفوظ است. هرگونه استفاده غیرمجاز از آن از جمله نقل، تکثیر، پخش محتوای کتاب، تصاویر و همچنین اقتباس از صفحه‌آرایی کتب و جزئی از طریق چاپ روی کاغذ، ضبط نوار ویدئویی، دیسک نقره، دیسک کامپیوتر و فضای مجازی پیگرد قانونی دارد.

ماهنامه و کتاب:
آدرس: ایران- تهران، خیابان ولیعصر، بالاتر از میدان ولیعصر،
کوچه قیومی، پلاک ۳۶
تلفن: ۰۹۱۲-۰۲۶۵۴۸۵
برای سفارش کتاب‌ها به وب‌سایت www.sanazsania.com مراجعه
فرمایید یا با شماره ۰۹۱۲-۰۲۶۵۴۸۵ تماس حاصل فرمایید.
تلفن آموزشگاه (شعبه مرکزی): ۰۲۱-۸۸۹۰۰۲۸۲



sanazsania



cookingbook.sanazsania



sanazsaniaofficial



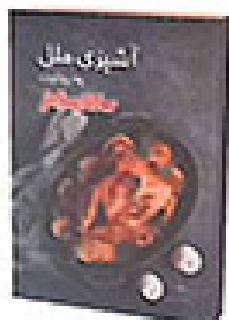
sanazsania



کتاب‌های موضوعی آشپزی

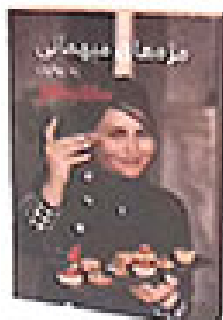
به روایت ساناز سانیا

آشپزی ملل به روایت ساناز سانیا



مجموعه‌ای است با بیش از ۱۵۰ دستور در آشپزی ملل مختلف از انواع صبحانه، سوپ، ساندویچ تا دستورات برپایه گوشت، قهوه، مرغ، ماهی، میگو، سوشی، انواع پنلو و خورش، پاستا و پیتزا.

مزه‌های میهمانی به روایت ساناز سانیا



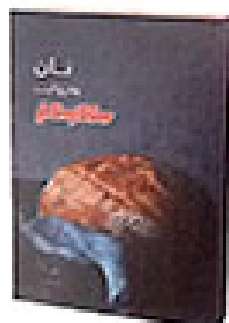
مجموعه‌ای است با بیش از ۱۰۰ دستور ویژه مهمانی‌ها از انواع فینگر فود، کاناپه، رول‌ها و بروسک‌ها گرفته تا انواع دپه، چاشنی و اردوهای معروف دنیا.

سالاد به روایت ساناز سانیا



مجموعه‌ای است با بیش از ۷۰ سالاد معروف دنیا از انواع سالادهای پروتئینی، گرم و سرد، صیفی‌جات و سالادهای میوه‌ای تا انواع سس‌های پرطرفدار و تاپینگ‌های حرفه‌ای.

نان به روایت ساناز سانیا



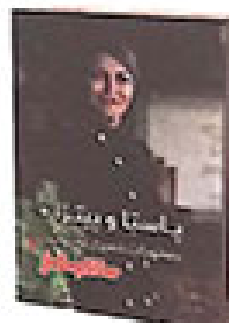
مجموعه‌ای است از نکات و راز و رمزها برای درست کردن نان‌های حرفه‌ای در منزل با آموزش کامل از نان‌های حجیب، سیوس‌دار تا نان‌های روشی مانند گروسانه، نافتون، برگه، شیرمال، آچما و نان‌های صبحانه.

کتو به روایت ساناز سانیا



مجموعه‌ای است ترجمه شده از پرفروش‌ترین کتاب کتو در وب‌سایت آمازون، با بیش از ۵۰ دستور بر اساس رژیم غذایی کتو بر پایه چربی. لازم به توضیح است دستورات در ساناز سانیا با ذائقه ایرانی همخوانی شده و روش‌های تهیه نیز استانداردسازی شده است.

پاستا و پیتزا + دستورات خمیری به روایت ساناز سانیا



مجموعه‌ای است با بیش از ۷۰ دستور پاستا و پیتزای معروف ملل مختلف از انواع کازون، لیمچون و خاجاپسوری تا آموزش خمیرهای ایتالیایی و آمریکایی همسراه با تهیه انواع دستورات بر پایه خمیر مانند پورک، پای و...

برای سفارش کتاب‌ها با یکی از راه‌های زیر با ما در ارتباط باشید:

۰۹۱۲۰۰۲۶۵۹۸۵



www.sanazsania.com



[cookingbook_sanazsania](https://www.instagram.com/cookingbook_sanazsania)



[sanazsania](https://www.facebook.com/sanazsania)

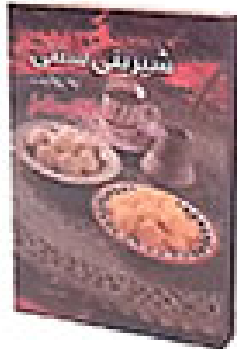


کتاب‌های موضوعی آشپزی

به روایت ساناز سانیا

شیرینی سنتی

به روایت ساناز سانیا



مجموعه‌ای است با بیش از ۷۰ دستور شیرینی سنتی که به راحتی می‌توانید در ایام نوروز، شب یلدا، در منزل تهیه کنید از انواع پختنوا شیرینی نخودچی، قرابیه، اسکارتا قطاب، کلمپه، گل‌سوجه، باسلوق و سوهان.

دسر

به روایت ساناز سانیا



مجموعه‌ای است با بیش از ۸۰ دستور از دسرهای مدرن و ایرانی، انواع کرم و کاستارد، پای و تارت، پاناکوت، موس، پودینگ، بستنی، کرب تا دسرهایی مانند شله زرد، حلوا و فرنی.

کیک

به روایت ساناز سانیا



مجموعه‌ای است با بیش از ۱۰۰ دستور کیک که به راحتی می‌توانید در منزل تهیه کنید از انواع کیک‌های اسفنجی، شکلاتی، چیزکیک، کاپ کیک تا انواع تارت، کیک‌های مغزدار و کیک‌های مدرن.

آشپزی جنوب

به روایت ساناز سانیا



مجموعه‌ای است با بیش از ۷۰ دستور متنوع در فرهنگ آشپزی جنوب ایران، از انواع ادویه‌های جنوبی تا غذاهای دریایی، پلو، خورش و ترشی‌های جنوبی.

پیتزا

به روایت ساناز سانیا



مجموعه‌ای است که به معرفی تاریخچه پیتزا در مثل مختلف پرداخته است و پایه‌ای است واپکان از آشپزخانه‌های آمریکایی مانند خدیرهای پیتزای دیترویت و ایتالیایی تا ساجمچون و خاچاپوری.

برای سفارش کتاب‌ها با یکی از راه‌های زیر با ما در ارتباط باشید:

۰۹۱۲۰۰۲۶۵۲۸۵



www.sanazsanila.com



[cookingbook.sanazsanila](https://www.instagram.com/cookingbook.sanazsanila)



[sanazsanila](https://www.facebook.com/sanazsanila)



دایرةالمعارف‌های نفیس آشپزی

به روایت سانازسانیا

دایرةالمعارف

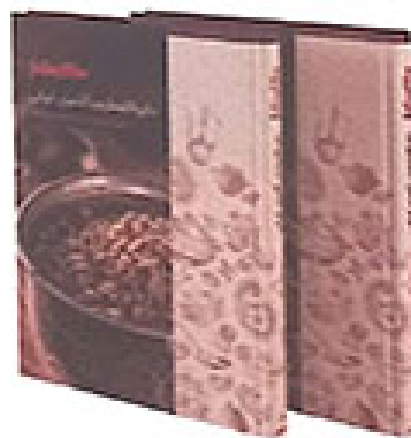
تک جلدی آشپزی ایرانی



سلسله اقتصادی و مقرون به صرفه دایرةالمعارف نفیس آشپزی ایرانی (۳ جلدی) است که در یک جلد و با سایز کوچک‌تر با همان محتوا بدون عکس منتشر شده است.

دایرةالمعارف

نفیس آشپزی ایرانی (۳ جلدی)



مجموعه‌ای است که حاصل نمره ۵ دهه تحلیل و پژوهش دکتر ساناز مینایی در آشپزی ایرانی است. این کتاب حاوی ۷۰۰ خوراک اصیل ایرانی و ویدئوهای آموزشی است که از صبحانه‌های ایرانی گرفته تا خوراک‌های اصلی، چاشنی، شور و ترشی، در تمامی دستورات بخش آشپزی به روایت سانازسانیا تمرکز بر اصول صحیح پخت و ایجاد طعمی منحصر به فرد دارد.

دایرةالمعارف

نکته‌ها و تکنیک‌های آشپزی



مجموعه‌ای است که از «الف تا ی» تمامی راز و رموز آشپزی در آن آورده شده است؛ از نحوه خرید و نگهداری تا هماهنگی طعم مواد اولیه، انواع برش گوشت و سبزیجات، ادویه‌های ترکیبی، استراک و روش‌های پخت، برای تهیه یک خوراک منحصر به فرد، دسترسی به نکات و تکنیک‌های این کتاب، شرط اساسی است.

برای سفارش کتاب‌ها با یکی از راه‌های زیر با ما در ارتباط باشید:

۰۹۱۲۰۰۲۶۵۴۸۵



www.sanazsania.com



[cookingbook_sanazsania](https://www.instagram.com/cookingbook_sanazsania)



[sanazsania](https://www.facebook.com/sanazsania)





حرف اول ساناز مینایی

اگر نگاهی عمیق‌تر به فرهنگ خوراک ایران داشته باشیم، متوجه جاذبه ویژه شیرینی سنتی در سبک خوراکی مردم می‌شویم؛ شیرینی‌هایی که بعضاً علاوه بر پدگ کشیدن معنای شیرینی، به لحاظ برخورداری از مواد مغذی، اتفاقاً بسیار مقوی هم هستند، شیرینی قرابیه تبریز مصداق بارز این ادعاست. هرچند ایران از نظر تنوع شیرینی‌های سنتی، کارنامه‌ای بسیار پررنگ دارد، اما خیلی دقیق و مشخص نمی‌توان گفت که چه کسی، در چه جایی، در چه سالی یا اصلاً با چه انگیزه‌ای آستین بالا زد و شروع به مخلوط کردن آرد و تخم‌مرغ و شکر و روغن کرد تا با تهیه خمیر و سپردن آن به تنور داغ، معجزه‌ای به این شیرینی خلق کند.

اگرچه نمی‌توان نام دقیق و مشخصی از خالق شیرینی در ایران ذکر کرد، اما با ورق زدن کتاب تاریخ، می‌توان ردپای ناصرالدین شاه را - به واسطه تلاش او برای تولید قند ایرانی که با صنعت شیرینی‌پزی گره خورده است - در راجاندازی صنعت شیرینی‌پزی در ایران شاهد بود.

از نظر من شیرینی‌پزی آن هم از نوع سنتی ایران، هنری است که کرشمه‌های یک هنر اصیل را در خود جای داده است. جادویی است که هنر خود را آرام آرام زیر دندان برملا می‌کند و حس شیرینی در کام شما به یادگار می‌گذارد.

این هنر آنقدر پرطرفدار و محبوب بوده و هست که در مسیر خود به هر شهری که سفر کرده، از شاخصه‌های آنجا وام گرفته و به نوعی به یک سوغات مخصوص درآمده است. از این رو، شیرینی‌های سنتی ایران را می‌توان به سفرنامه‌های دلپذیر و شیرین توصیف کرد که با سرو هر کدام حس حضور در آن شهر را می‌توان در ذهن خود زنده کرد. به‌عنوان مثال، با خوردن گز، خود را کنار پل خواجه می‌بینیم؛ خوردن نان برنجی و شیرینی کاکه، تداعی‌کننده سرو چای و شیرینی در سفره‌خانه‌های طاق بستان است و با بافتن به یزد می‌رویم و با قرابیه و نوقا در بازار تبریز قدم می‌زنیم.

دلچسب و جذاب بودن شیرینی، باعث شد تا عنوان بعدی کتاب‌های موضوعی به روایت سانازسانیا را به «شیرینی‌های سنتی ایران» اختصاص دهیم و با تحقیق، گردآوری، تهیه و عکاسی از آن‌ها در آنتیه سانازسانیا، کتابی دیگر را به مجموعه کتاب‌های خود اضافه کنیم. امیدواریم با تهیه این کتاب و آماده کردن شیرینی‌های سنتی آن، شیرینی را به کام اعضای خانواده هدیه دهید.

ساناز مینایی - مولف و ناشر



شیرینی سنتی به روایت ساناز سانیا

فهرست

فهرست بر اساس موضوع

۲۸	شیرینی نان چای	۹	راهنمای نشانه‌ها
۵۰	بیساق (نازک قزوین)	۱۰	پیش‌نیازها
۵۲	میان‌پُر گیلان	۱۲	نان نخودچی
۵۴	کلمپه	۱۴	نان برنجی
۵۶	قطاب (محلی آمل)	۱۶	شیرینی زعفرانی
۵۸	کلوچه قزوین	۱۸	آب دندان (شیرینی سنتی مازندران)
۶۰	کلوچه کاکا	۲۰	شیرینی کره‌ای
۶۲	کلوچه مینیاتوری لاهیجان	۲۲	حاجی بادام شیرازی
۶۶	قُرابیه پسته	۲۴	شیرینی اسکار
۶۸	کماج سهن (کرمان)	۲۶	شکرپاره
۷۰	رنگینک خرما	۲۸	شیرینی کرکی (بهشتی)
۷۲	نان پنجره‌ای	۳۰	شیرینی اتابکی
۷۴	نان چرخ	۳۲	شیرینی پسته‌ای
۷۶	ساق عروس	۳۴	شیرینی کشمش
۷۸	سیگارت	۳۶	لطفیه پرتقالی
۸۰	شیرینی نارگیلی بازاری	۳۸	شیرینی مینیاتوری
۸۲	پفکی گردویی	۴۰	شیرینی شهدی
۸۴	پفی فندق و بادام	۴۲	پادرازی
۸۶	شیرینی بادامی زعفرانی	۴۴	شیرینی سبزه‌سالاری
۸۸	شیرینی کنجدی	۴۶	شیرینی گردویی سه‌مغز

- ۱۱۰ گوش فیل
- ۱۱۲ لوز بادام زعفرانی
- ۱۱۴ باسلوق گل
- ۱۱۶ باسلوق ارومیه
- ۱۱۸ مسقطی
- ۱۲۰ برشتوک
- ۱۲۲ پولکی زعفرانی
- ۱۲۴ سوهان عملی (بادام سوخته)
- ۱۲۶ برنجک
- ۱۲۷ خمفروش (خم فُریش)
- ۱۲۸ رسپیری

- ۹۰ باقلوای سه رنگ
- ۹۶ باقلوای آذری
- ۹۸ باقلوای شکوفه
- ۱۰۰ انواع باقلوا
- ۱۰۰ باقلوا با خمیر فیلو
- ۱۰۰ باقلوای تارتلت
- ۱۰۲ باقلوای سیگارت
- ۱۰۳ باقلوای حلزونی
- ۱۰۴ باقلوای مثلثی
- ۱۰۵ باقلوای رُز
- ۱۰۶ زونبیا
- ۱۰۸ بامیه

راهنمای نشانه‌ها

			
زمان اسرار	زمان پخت	زمان آماده‌سازی	زمان یادداشت
			
دانشگاه	سفر پخت سخت	سفر پخت متوسط	سفر پخت آسان
<ul style="list-style-type: none"> • قه‌س (فانلق سوپ‌خوری) • قه‌ج (فانلق جای‌خوری) • سه‌م‌ل (به مقدار لازم) • سه‌ن‌ل (به تعداد لازم) • گ‌ا‌گ‌و‌پ • سه‌ل‌ه‌م‌ه‌ا • گ‌ه‌گ‌ا‌گ‌ا‌و‌گ‌و‌پ 			
			
	روش‌پخت	روش	
			
	مربوط به کد رنگی غذا و آنگاه در جای پختن	دانشگری	

پیش‌نیازها

روش تهیه خامه فرم‌گرفته

- خامه فنادی را در کاسه سردشده بریزید و حدود ۵ دقیقه با دور متوسط همزن برقی هم بزنید تا جای پرده‌های همزن روی آن باقی بماند و فرم قلّه‌ای بگیرد.
- کاسه و پرده‌های همزن برقی را از یک ساعت قبل در فریزر قرار دهید تا کاملا سرد شوند (دقت کنید پرده‌ها و کاسه باید کاملا تمیز و بدون چربی باشند).
- کاسه مناسب برای مخلوط کردن خامه، فلزی است و به هیچ عنوان از کاسه پلاستیکی استفاده نکنید.
- اگر خامه فنادی را در فریزر نگهداری می‌کنید، ۳۰ دقیقه قبل از فرم دادن، آن را از فریزر خارج کرده و در یخچال قرار دهید و در صورتی که در یخچال نگهداری می‌کنید، ۳۰ دقیقه قبل از فرم دادن، آن را از یخچال خارج کرده و در فریزر قرار دهید.

روش تهیه خامه شیرین

برای تهیه خامه شیرین، به ازای ۲۵۰ گرم خامه، ۲ قاشق سوپ‌خوری شکر و یک چهارم قاشق چای‌خوری وانیل را در ظرفی ریخته و با قاشق هم بزنید سپس آن را به مدت ۲ ساعت در فریزر قرار داده تا کمی منجمد شود. پس از این مدت، آن را از فریزر خارج کرده و با همزن برقی هم بزنید تا حدی که خامه فرم گرفته و جای پرده‌های همزن روی آن باقی بماند.

روش تهیه شربت قوام آمده

برای درست کردن شربت قوام آمده، ۱/۲ پیمانه شکر را به همراه یک پیمانه آب روی حرارت ملایم قرار دهید و با قاشق چوبی مرتب هم بزنید تا شکر کاملا حل شود. پس از ۱۰ دقیقه، ۲ قاشق چای‌خوری زعفران (ساییده و حل‌شده در آب جوش) و ۱/۲ پیمانه گلاب را بیافزایید و به مدت ۲ تا ۳ دقیقه روی حرارت بماند سپس یک قاشق چای‌خوری آب‌لیموترش تازه را اضافه کنید و از روی حرارت بردارید.



شیرینی سنتی به روایت

سازمان ملی

بیش از ۷۰ دستور شیرینی سنتی با توضیحات جامع و عکاسی مراحل که به راحتی می‌توانید این دستورات را تهیه کنید. از انواع باقلوا تا شیرینی نخودچی، قرابیه، انواع کوکی، اسکار، قطاب، کلمیه، کلوچه و گردویی را می‌توانید در این کتاب تهیه کنید. این مجموعه بهترین انتخاب برای درست کردن شیرینی‌های خانگی در ایام نوروز، شب یلدا، ... است.

ISBN 978-064-7063-89-2



9 789647 663892