



السلام علیک یا قائم آل محمد (ع)

مجموعه کامل  
پرسش و پاسخ آزمون

رشته‌های آشپزی، شیرینی‌پزی، گل‌آرایی و  
تزئین میز غذا اساندارد درجه ۲ و ۱  
همراه با روش پختن غذا در مایکروفر

برای استفاده:

- مدیران و مربیان آموزشگاهها
- کارآموزان آموزشگاهها
- هنرجویان شاخه کار دانش و هنرستانهای فنی و حرفه‌ای
- متقاضیان شرکت در آزمونهای ادواری
- سایر علاقمندان به حرفه آشپزی و شیرینی‌پزی و گل‌آرایی و تزئین میز غذا

تألیف:

سیمینه میرمیرانی

میر میرانی، سیمینه، ۱۳۲۱ -  
مجموعه کامل پرسش و پاسخ آزمون رشته‌های  
آشپزی، شیرینی‌پزی، گل‌آرایی و تزئین میز غذا  
استاندارد درجه ۲ و ۱ همراه با روش پخت غذا در  
مایکروفر برای استفاده مدیران و ... / تالیف  
سیمینه میر میرانی. - تهران: سازمان آموزش فنی و  
حرفه‌ای کشور، شرکت تعاونی کارکنان: تورنگ، ۱۳۸۳.  
۳۵۲ ص.

ISBN 964-8638-00-4:

فهرست‌نویسی براساس اطلاعات فیپا.

کتابنامه: ص. ۳۵۲.

۱. آشپزی -- آزمون‌ها و تمرین‌ها (متوسطه).
۲. شیرینی‌پزی -- آزمون‌ها و تمرین‌ها (متوسطه).
۳. گل‌آرایی -- آزمون‌ها و تمرین‌ها (متوسطه).
۴. آموزش فنی -- برنامه‌های درسی. الف. سازمان  
آموزش فنی و حرفه‌ای کشور. شرکت تعاونی کارکنان.  
ب. عنوان.

۶۴۱/۵۰۷۶

TX۷۲۵/۲۱م۹۵۳۵

م۸۳-۵۷۱۱

کتابخانه ملی ایران



انتشارات تعاونی کارکنان

سازمان فنی و حرفه‌ای کشور تلفن: ۶۸۷۵۷۶۴ :نمبر: ۶۸۴۱۲۳۲

مجموعه کامل پرسش و پاسخ آزمون رشته‌های آشپزی،

نام کتاب

شیرینی‌پزی، گل‌آرایی و تزئین میز غذا

مؤلف

: سیمینه میر میرانی

ناشر

: تعاونی کارکنان سازمان فنی و حرفه‌ای کشور - تورنگ

نوبت چاپ

: اول ۱۳۸۳

شمارگان

: ۳۰۰۰ جلد

طرح روی جلد

: فرهاد کمالی

حروفچینی و صفحه‌آرایی

: نوآور

لیتوگرافی

: هاشمیون

چاپ و صحافی

: عقیلی

قیمت

: ۲۵۰۰۰ ریال

مراکز پخش: \* خیابان آزادی، خیابان خوش جنوبی، تلفن: ۶۸۷۵۷۶۴

\* انتشارات تورنگ. تلفن: ۶۴۱۹۸۲۴

ISBN : 964 - 8638- 00 - 4

شابک: ۹۶۴ - ۸۶۳۸ - ۰۰ - ۴

تمامی حقوق مادی و معنوی این اثر متعلق به انتشارات تعاونی کارکنان سازمان آموزش فنی و حرفه‌ای کشور است. تکثیر تمام یا قسمتی از این اثر بصورت حروفچینی یا چاپ مجدد، چاپ افست، بلی‌کپی و انواع دیگر چاپ ممنوع است. متخلفان تحت پیگرد قانونی قرار خواهند گرفت.

## فهرست مطالب

| صفحه | عنوان                                                                      |
|------|----------------------------------------------------------------------------|
| ۷    | فصل اول                                                                    |
|      | پرسش و پاسخ:                                                               |
|      | اطلاعات عمومی مربوط به آشپزی و شیرینی‌پزی و گل‌آرایی و تزئین میز غذا       |
| ۳۵   | فصل دوم                                                                    |
|      | پرسش و پاسخ:                                                               |
|      | غذاهای ایرانی و فرنگی                                                      |
| ۱۲۱  | فصل سوم                                                                    |
|      | پرسش و پاسخ:                                                               |
|      | شیرینی، کیک، نان، دسر                                                      |
| ۲۱۵  | فصل چهارم                                                                  |
|      | پرسش و پاسخ:                                                               |
|      | سس، سالاد، اردور، ساندویچ                                                  |
| ۲۴۵  | فصل پنجم                                                                   |
|      | پرسش و پاسخ:                                                               |
|      | مربا، مارمالاد، ترشی، کمپوت، شور                                           |
| ۲۶۵  | فصل ششم                                                                    |
|      | دستور تهیه انواع غذاهای ایرانی، فرنگی و دسر در مایکروفر                    |
|      | شامل:                                                                      |
|      | بویون، برش، سوپ پیاز، سوپ جو، کنسومه سبزی، کنسومه قارچ، سوپ گندم، کنسومه   |
|      | گوچه فرنگی، راتاتوی، قلیه اسفناج، سوپ فلفل، خورش چینی با مرغ، کوفته برنجی، |
|      | شامی آرد نخودچی، خورش مهاراجه، کباب چنگه، نرگسی اسفناج، دلمه کلم برگ،      |

میرزا قاسمی، خوراک بادمجان و کدو، شامی ماهی با سبزی، ماهی با پلوی زعفرانی، سس خامه‌ای با مغز گردو، تاس کباب به، قلیه تخم مرغ، دلمه به، کوفته بلغور گندم، کوفته شیرین (مخصوص ماه رمضان)، کوکوی گوشت، سالاد عدس، سالاد براكلی، سالاد کرفس با مغز گردو، سالاد میوه تابستانی، سالاد میوه زمستانی، کوکوی مرغ، ته چین ماهی، قارچ پلو، خورش مسما مرغ، گراتن براكلی، خوراک زبان، حلوائ زنجبیلی، زیره جوش، کاجی آرد برنج، کاجی آرد گندم، سوفله شکلات، کرم هلو، موز با شربت کارامل، کرم برنج با ترفین زردآلو، دسر ماست، شیک شیر شکلات، شیک توت فرنگی، بستنی قهوه (پارفه قهوه)، فروماژ پرتغال، دسر خربزه، فالوده، میوه خشک شده در شکر، دلمه زردآلو، نقل بادامی

تهیه چند نوع غذا و دسر در مایکروفر شامل: ..... ۳۰۵

نیمرو، سوپ، قارچ، خاگینه، پتاژ جو یا برنج، خورش قارچ، کباب تابه‌ای، دلمه گوجه فرنگی، سس هلندی، املت قارچ، چلوی ساده، سوپ سبزی، خورش فسنجان، کوکوی سبزی، طبخ ساده ماهی، همبرگر، دلمه فلفل سبز، تاس کباب با کوفته ریزه، خوراک فیله ماهی، تاس کباب مرغ، خوراک قارچ، اسکرمبل گوشت، میگو با سس مخصوص، اسپاگتی، طبخ ساده مرغ، لازانیا، خوراک مرغ مکزیکی، گراتن سیب زمینی، پای پوره سیب زمینی و گوشت، سس سفید، سس خامه، پوره سیب زمینی، سس گوجه فرنگی (کچاپ)، پیاز داغ، تن ماهی و لوبیا سبز، خوراک سینه مرغ، خوراک ران بره، طبخ ساده سیب زمینی، مرغ بریان، پنیر ماکارون (سوفله ماکارون)، سوفله بادمجان، کوفته برنجی، ماهی و نخود فرنگی، مرغ با سس ماست و خردل، سالاد ماهی، فیله ماهی با سس مخصوص، سیب زمینی شکم پر، کباب مرغ، کباب گوشت چربی دار و لیموترش، کلم بروکلی و ترخان در یک غذای خوشایند، کباب ماهی و لیموترش، برشتوک نخودچی، کیک شکلاتی، حلوائ آرد گندم، سوهان عسلی، تارت سیب، نان گردویی با خرما، شیربرنج، کیک قهوه، فرنی، کمپوت سیب، کمپوت گیلاس یا آلبالو، کمپوت هلو، کمپوت زردآلو، کمپوت گلابی

## مقدمه

آموزش هنر آشپزی و شیرینی پزی مانند هنر خیاطی از دیرباز در بین خانواده‌های ایرانی رایج، و از وظائف مادران خانواده بوده است، که دختران جوان را برای پذیرش مسئولیت در خانه همسران آینده آماده نمایند، ضمناً اگر کاستی‌هایی در این رابطه وجود داشت با آموزشی که از طرف مادر شوهرها به نو عروسان داده می‌شد، به تکامل می‌رسید. امروزه با توسعه ارتباطات و گسترش صنعت توریسم، آموزش هنر آشپزی و شیرینی پزی از آموزش خانگی فراتر رفته و پای آقایان نیز به این امر کشیده شده، و امروزه در هتلهای بین‌المللی و رستورانهای بزرگ مسئولیت سر آشپزی اغلب با آقایان است، از طرفی پیشرفت تکنولوژی و ورود وسایلی نظیر مایکروفرها روش جدیدتری از این هنر را متداول نموده است، که سرعت حرف اول را می‌زند. لذا در این کتاب سعی شده است، ضمن پاسخگویی به کلیه سؤلهایی که در زمینه هنر آشپزی و شیرینی پزی و سفره‌آرایی مطرح است، طریقه طبخ غذاها با مایکروفر نیز آموزش داده شود. در خاتمه ذکر این مطلب را ضروری می‌دانم که علیرغم توسعه هنر آشپزی و شیرینی پزی هنوز خاطره غذاهای خوشمزه‌ای که توسط مادرها و مادر بزرگهای ما تهیه می‌شد در اذهان باقی است. یادشان گرامی باد.

سعداله ملک

رئیس هیأت مدیره و مدیر عامل تعاونی

کارکنان سازمان آموزش فنی و حرفه‌ای کشور