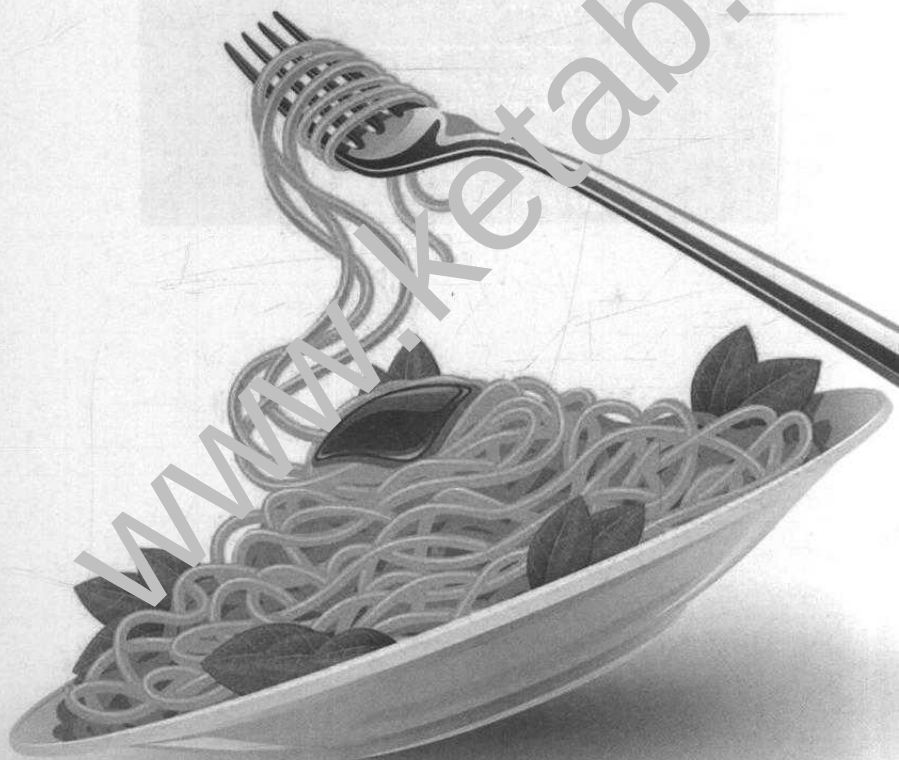


۲۰۱۴۳۹۳

پخت و پز پاستا و ماکارونی

معصومه معصومی



سرشناسه: معصومه، معصومه، ۱۳۵۲ -
عنوان و نام پدیدآور: پخت و پز پاستا و ماکارونی / معصومه معصومی
مشخصات نشر: تهران: انتشارات نخبگان، ۱۳۹۷.
مشخصات ظاهری: ۴۰ ص. - مصور(رنگی).: ۲۱۰۱۴ س.م.
شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۲۲۱-۱۳-۹

وضعیت فهرست نویسی: فیبا
موضوع: آشپزی (ماکارونی)
موضوع: Cooking (Pasta)
رده بندی کنگره: ۸۰۹۲X / م ۲م ۱۳۹۷
رده بندی دیویی: ۸۲۲/۶۴۱
شماره ثبت: ۵۴۶۳۳۴۲



پخت و پز پاستا و ماکارونی

معصومه معصومی

طراح گرافیک: محمود محرابی

سال چاپ: ۱۳۹۷

نوبت چاپ: اول

تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۲۲۱-۱۳-۹

تلفن پخش: ۰۹۳۵۸۴۷۷۳۷۰

فهرست مطالب

۲۵	پاستا کرم زعفرانی	۴	آشنایی با انواع پاستا
۲۶	پاستا و زیتون	۸	پاستای پروانه‌ار
۲۷	پاستای گوجه‌فرنگی کلاسیک	۹	پاستای پیچشی
۲۸	پاستای لوله‌ای (بوکاتینی)	۱۰	پاستای فتوچینی با باقلا
۲۹	لازانای لقمه‌ای	۱۱	پنه با کدو حلوایی
۳۰	پاستای سبزیجات	۱۱	پاستای پنه
۳۱	پاستای سبزیجات و پنیر	۱۳	مافالده با قارچ
۳۲	پاستای گوجه‌فرنگی با افزایش وزن	۱۴	پاستای لوله‌ای
	پاستای سیب‌زمینی و پنیر (مناسب)	۱۵	پاستای لوله‌ای با کالباس
۳۳	پاستای گوجه‌فرنگی (برای افزایش وزن)	۱۶	اسپاگتی با میگو
۳۴	پاستا و لوبیاسبز	۱۷	ورمیشل با سس گوجه
۳۵	پاستای صدفی	۱۸	ورمیشل
۳۶	فتوچینی با سس سیر و ریحان	۱۹	پاستای چیکن آلفردو
۳۷	پاستای رژیمی	۲۰	پاستا با کنگر فرنگی
۳۸	پاستا با سس خامه و کوفته قلقلی	۲۱	اسپاگتی با کوفته مرغ
۳۹	فتوچینی با میگو	۲۲	سالاد پاستای پیچشی
۴۰	پاستا با ماهی	۲۳	پاستا با کوفته قلقلی
		۲۴	پنه با میگو

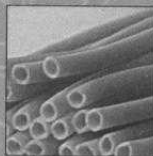
مقدمه

بدون شک آشپزی هنری است که یکی از ملزومات زندگی هم هست. علاقه‌مندان به این هنر دوست دارند بتوانند با مواد غذایی در دسترس مزه‌های متنوع و لذیذی را خلق کنند. در کتابی که پیش رو دارید طرز تهیه چند نوع پاستا و ماکارونی شرح داده شده است. در هر دستور پخت یک نوع پاستا پیشنهاد شده است که سس پیشنهادی آن دستور، تناسب بیشتری با شکل ظاهری پاستای پیشنهادی دارد اما به دلیل اینکه پایه تهیه انواع پاستا یکسان است در صورت تمایل می‌توانید از سایر انواعی که در دسترس دارید یا با سلیقه شما سازگارتر است، استفاده کنید. در بعضی از دستورات غذایی نیز به نوع خاصی از پاستا یا ماکارونی اشاره نشده، در این موارد می‌توانید بنا بر سلیقه خود از انواع پاستا استفاده کنید. شما می‌توانید با استفاده از دستورات متنوع و به خصوص سس‌های این کتاب برای تهیه پاستا، لذت آشپزی و طعم‌های جدید را تجربه کنید.

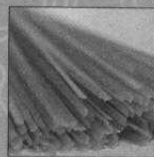
آشنایی با انواع پاستا

پاستا انواع بسیار متنوعی دارد. در این بخش با چند نمونه از پاستاها آشنا می‌شویم:

بودانی: پاستای ضخیم، اسپاگتی شکل و میان تهی است که به نی‌ای باریک شباهت داشت و از ترکیب آرد گندم دوروم (نوعی گندم که از آن سمولینا تولید می‌شود و درخشان و زرد رنگ است) با آب تهیه می‌شود.



لینگوینی: لینگوینی به معنای زبان‌مانی کوچک است که گاه به آن «اسپاگتی تخت» نیز گفته می‌شود. این پاستا، با دایره‌ای مربوط به ناحیه کامپانیای ایتالیاست که مانند فتوچینی صاف و تخت بود. مانند پهنای تقریباً به باریکی اسپاگتی است. لینگوینی برخلاف اسپاگتی که بیشتر با سس کیبات گوشت و



گوچه‌فرنگی خورده می‌شود، معمولاً با غذاهای دریایی یا سس پستو سرو می‌شود.

۱. برای تهیه سس پستو معمولاً از دانه کاج استفاده می‌شود ولی در صورتی که دانه کاج در دسترس نبود می‌توانید از گردو هم استفاده کنید. ابتدا گردوها را کمی با دست خرد کنید و برای ۱۰-۵ دقیقه داخل فری که از قبل با دمای ۱۸۰ درجه گرم کرده‌اید بگذارید تا کمی بو داده شوند و طعم بهتری بگیرند. بعد از اینکه گردوها را از فر درآوردید و سرد شدند بهتر است تا جایی که امکان دارد پوست آنها را جدا کنید. ریحان، گردو، نمک، پنیر پارمسان و سیر را داخل غذاساز بریزید تا همه مواد کاملاً خرد شوند. اینکه مواد جقدر ریز شوند به این بستگی دارد که سس را چگونه می‌پسندید. در مرحله آخر روغن زیتون را هم کم‌کم اضافه کرده و باز غذاساز را چند پالس بزنید تا همه مواد با هم خوب مخلوط شوند و سس کمی نرم‌تر شود.