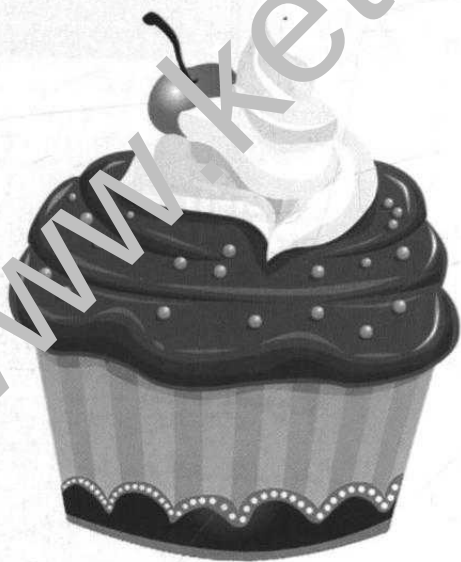


۲۰۵۱۳۸۱

پخت و پز مافین‌ها

معصومه معصومی



سرشناسه: معصومه، معصومه، ۱۳۵۲ -

عنوان و نام پدیدآور: پخت و پز مافین ها / معصومه معصومی.

مشخصات نشر: تهران: انتشارات نخبگان، ۱۳۹۸.

مشخصات ظاهری: ۴۰ ص.

شابک: ۹۷۸-۶۲۲۱-۶۲۲۱-۲۷-۶

وضعیت فهرست نویسی: فیپا

موضوع: مافین ها

Muffins موضوع

موضوع: شیرینی و شیرینی پزی

Confectionery موضوع

رده بندی کنگره: TX ۷۷۰

رده بندی دیویی: ۶۴۱/۸۱۵

شماره کتابخانه ملی: ۵۷۶۳۳۳۴

انتشارات
نخبگان



پخت و پز مافین ها

معصومه معصومی

طراح گرافیک: محمود محرابی

سال چاپ: ۱۳۹۸

نوبت چاپ: اول

تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۲۲۱-۶۲۲۱-۲۷-۶

تلفن پخش: ۰۹۳۵۸۴۷۷۳۷۰

فهرست مطالب

۲۴	مافین رژیمی	۴	مقدمه
۲۵	مافین جو و آلبالو	۸	مافین شکلاتی
۲۶	مافین تخمه آفتابگردان	۹	مافین توت‌فرنگی
۲۷	مافین عید	۱۰	مافین تمشک
۲۸	مافین برفی	۱۱	مافین بادام‌بوداده و زردآلو
۲۹	مافین شاه‌توت	۱۲	مافین تولد
۳۰	مافین جشن	۱۳	مافین کودکانه
۳۱	مافین کودکانه	۱۴	مافین قلب
۳۲	مافین ذرت	۱۵	مافین آلبالو
۳۳	مافین بادام	۱۶	مافین کدو
۳۴	مافین کیک هویج	۱۷	مافین اسفناج
۳۵	مافین مربایی	۱۸	مافین پیاز کاراملی
۳۶	مافین دو رنگ	۱۹	مافین پنیر و پیازچه
۳۷	مافین شکلات	۲۰	مافین کالباس
۳۸	مافین سیب	۲۱	مافین سوسیس
۳۹	مافین کره بادام‌زمینی	۲۲	مافین مرغ و ذرت
۴۰	مافین گردو و دارچین	۲۳	مافین تن‌ماهی

پخت و پز مافین‌ها

مقدمه

پختن یک مافین تازه از روی کتاب آشپزی وسوسه‌انگیز به نظر می‌رسد و می‌تواند برای کودکان و بزرگسالان تفریح لذت‌بخشی باشد. چیزی که ممکن است مانع پختن یک مافین خوشمزه شود، نبود زمان لازم یا مواد اولیه است. در این کتاب همه دستورات آشپزی بر پایه یک ترکیب هستند، بنابراین می‌توانید با یک بار خرید مواد اولیه چندین بار لذت آشپزی و طعم خوشمزه مافین را تجربه کنید. برای سهولت در کار با وجود شباهت دستورات غذایی، هر دستور به طور کامل نگارش شده تا نیازی به جوع به قسمت دیگری از کتاب نباشد.

وسایل لازم

برای تهیه بی‌نتر ۹ مین‌ها به این وسایل احتیاج دارید: یک کاسه بزرگ، الک، پارچ آب، قاشق، پیمانه، قاشق‌های انداز ۶، ۱۲ و ۲۴، قاشق مافین، همزن دستی.

از قالب گرد یا فنجان برای مافین استفاده کنید. سطح داخلی فنجان‌ها باید یکدست باشد. قالب‌های فلزی و سیلیکونی مناسب و نه به در بازار موجود است. هر قالب مافین معمولاً برای تهیه ۶ تا ۱۲ مافین طراحی شده است. هر قالب سایز نام ۶ مافین و قالب سایز ریز برای ۱۲ تا ۲۴ مافین طراحی شده است. مافین‌های خوش‌خو، معمولاً با سایز ریز پخته می‌شوند، به خصوص اگر بخواهید از آنها در کنار فینگر‌فودها استفاده کنید. ر کدا، ز مافین‌هایی که در این کتاب معرفی شده باید به مدت ۲۰ دقیقه پخته شود. توجه کنید که استفاده از کاغذ روغنی به شما کمک می‌کند تا برای جدا کردن مافین از قالب دچار مشکل نشوید. همچنین اگر به راه مافین را برای پیک‌نیک یا تغذیه مدرسه و ... استفاده کنید، کاغذ روغنی به خشک نشدن مافین کمک می‌کند اما در هر صورت می‌توانید مافین را مستقیماً در قالب بریزید و استفاده از کاغذ روغنی ضروری نیست. در این صورت قالب را با روغن یا کره ذوب‌شده خوب چرب کنید تا بتوانید مافین را به راحتی از قالب جدا کنید. پختن مافین بدون کاغذ روغنی کمک می‌کند تا مافین دارای سطح برشته‌تری شود که لذیذ است.

مواد اولیه اصلی

- مواد اولیه اصلی برای تهیه مافین شامل آرد سفید، بیکینگ‌پودر، نمک، شکر، تخم‌مرغ، شیر یا

پخت و پز مافین‌ها

سایر لبنیات، روغن یا کره و وانیل است.

- آرد سفید در ترکیب با بیکینگ پودر پف خوبی به مافین می‌دهد. سایر آردها و غلات می‌توانند جایگزین بخشی از آرد سفید تا حداکثر نصف مقدار آن شوند. با استفاده از آرد سبوس‌دار مافین سفت و کمی دندان‌گیرتری خواهید داشت. جوپرک، جوی دوسر و آرد جنین گندم مافین خشک‌تری به دست می‌دهند. آرد بلوط هم مافینی کاملاً سخت تولید خواهد کرد.

از انواع شکرهای شیرینی‌پزی و پودر قند می‌توانید استفاده کنید و آنها را به جای یکدیگر به کار ببرید. اما باید از شکر قهوه‌ای به جای شکر سفید استفاده کنید.

- سایر افزودنی‌ها مانند وانیل یا دارچین و ... به مافین رنگ و طعم خواهد داد.

- برای تهیه مافین باید از خم‌مغ متوسط استفاده کنید. بهتر است تخم‌مرغ‌ها را بیرون از یخچال قرار دهید تا به دمای محیط برسند؛ این کار باعث می‌شود خمیر یکدستی داشته باشید.

- ماده اولیه مایع در تهیه خمیر مافین تفاوت است و می‌تواند شیر، شیر کم‌چرب، ماست، خامه ترش، خامه، آب نارگیل و آب سیره یا پوره آرد سبوس‌دار باشد.

- روغن و کره را نیز می‌توان جایگزین یکدیگر کرد. که بهترین مزه و بافت را به دست می‌دهد. روغن باعث خیس بودن مافین می‌شود. مافین روغن‌دار است که نیازی به ذوب و سرد کردن ندارد. هر چه قدر مافین‌ها چرب‌تر باشد ماندگاری بیش‌تری دارند. بنابراین بهتر است مافین‌های کم‌چرب‌تر را تازه مصرف کنید. توجه کنید که در تهیه مافین از روغن ذرت استفاده می‌شود و سایر روغن‌ها مانند روغن زیتون یا کنجد برای این منظور چندان مناسب نیستند.

سایر مواد اولیه

سایر موادی که اضافه کردن آنها مافین‌ها را خوش‌طعم و پُرطرفدار می‌کند، شامل این موارد است: میوه‌های تازه مانند انواع توت‌ها، انگور بی‌دانه، مویز، کورن‌بری، بلوبری، زردآلو، خرما و برگه آلو. همچنین می‌توان از میوه‌های فیله‌شده یا منجمد استفاده کرد. میوه‌های فریز شده باید به همان صورت استفاده شوند و نباید یخ آنها باز شده باشد.

اضافه کردن شکلات طعم مافین را عالی می‌کند. می‌توانید از شکلات ساده، شیری یا شکلات