

## با این تنقلات پذیرای مهمان‌هایتان باشید

# چیپس‌های میوه‌ای

چند سالی است که به روال گذشته انواع چیپس میوه و میوه‌های خشک به میز پذیرایی ما ایرانی‌ها راه پیدا کرده و جزو تنقلات پرطرفدار و محبوب کوچک و بزرگ به حساب می‌آید. البته با توجه به قیمت بالای میوه‌های خشک در بازار، خیلی‌ها ترجیح می‌دهند میوه خشک را در خانه درست کنند. فرارسیدن فصل تابستان و وفور انواع میوه از یک طرف و آفتاب گرم و داغ این روزها فرصت مناسبی برای تهیه این خوراکی‌های سالم خانگی فراهم می‌کند. اگر جزو علاقه‌مندان میوه‌های خشک هستید این مطلب را از دست ندهید.

بریسانوری ✓

۴ نفر

تعداد نفرات

نیم ساعت

زمان آماده‌سازی

آلبالو خشک



مواد لازم  
• آلبالو: یک کیلوگرم  
• نمک: به مقدار لازم

روش تهیه

۱. ساقه آلبالوها را بگیرد. آن را خوب بشوید و در آبکش بریزید تا خشک شوند.
۲. در یک قابلمه مناسب آب و یک قاشق غذاخوری نمک بریزید و بگذارید به جوش آید سپس آلبالوها را در یک آبکش فلزی بریزید و به مدت ۱۰ ثانیه با همان آبکش درون آب جوش قرار دهید. (دقت کنید پوسته آلبالو شما نباید بترکد.)
۳. آبکش را از آب داغ بیرون بیاورید و اجازه دهید کمی خنک شود و این کار را دوباره تکرار کنید.
۴. حالا آلبالوهای شما آماده خشک کردن در نور آفتاب شده‌اند؛ پس آنها را روی یک سینی به صورتی که روی هم نباشند بریزید و در جایی نورگیر قرار دهید. باقی‌مانده نمک را هم وقتی هر بار آلبالوها را زیر و رو می‌کنید، اضافه کنید. فقط دقت کنید آلبالوها روی هم انباشته نشوند.
۵. بعد از ۲۴ ساعت زیر و رو کنید و کمی نمک بزنید. ۲-۳ روز همین کار را انجام دهید تا آلبالوها خشک شوند.



قبل از آنکه گوشت آلبالو کاملاً خشک شود و فقط هسته و پوست باقی بماند، آنها را بردارید و در ظرف مناسب در فریزر بگذارید.



چیپس مخلوط میوه

زمان آماده‌سازی یک ساعت

تعداد نفرات ۶ نفر



مواد لازم  
• سیب، هلو و آلو: نیم کیلو • شکر: به میزان لازم  
• نمک: به میزان لازم • آبلیمو: به میزان لازم

روش تهیه

۱. میوه‌های شسته شده را به خوبی خشک کنید تا آب آنها کاملاً گرفته شود.
۲. میوه‌های خشک شده را با یک چاقوی خیلی تیز به برش‌های بسیار نازک تبدیل کنید سپس آنها را چند دقیقه در محلول شکر و نمک قرار داده و آبکشی کنید.
۳. یک سینی بزرگ آماده کرده و کف سینی، کاغذ روغنی پهن کنید سپس برش‌های میوه را روی کاغذ روغنی قرار دهید.
۴. بعد از اینکه تمام میوه‌ها را روی کف سینی چیدید، سینی را روی حرارت بسیار کم یا بخاری قرار دهید. فراموش نکنید اگر حرارت زیاد باشد، میوه‌ها به کاغذ روغنی می‌چسبند و رنگ آنها تغییر می‌کند و سیاه می‌شوند.
۵. یک روز یا ۲۴ ساعت زمان می‌برد تا میوه‌های شما کاملاً خشک شوند. بهتر است که هر ۲ ساعت یک بار میوه‌ها را برگردانید تا هر دو طرف ورقه‌های میوه شما خشک شوند.

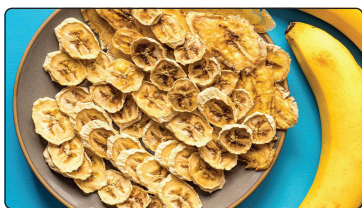
هر زمانی که قصد دارید سیب برش بزنید، بهتر است چاقو را به آبلیمو آغشته کنید تا سیب‌ها بعد از برش زدن سیاه نشوند.



چیپس موز

زمان آماده‌سازی ۲۰ دقیقه

تعداد نفرات ۴ نفر



مواد لازم  
• موز: ۲ کیلوگرم • آب: یک فنجان • شکر: ۲ قاشق غذاخوری • آب لیمو: یک قاشق چای‌خوری

روش تهیه

۱. موزها را پوست بکنید و به صورت حلقه حلقه خرد کنید.
۲. آب، شکر و آبلیمو را داخل قابلمه‌ای کوچک بریزید و روی حرارت قرار دهید تا شکر کاملاً در آب حل شود. بعد از آنکه از حل شدن شکر مطمئن شدید، آن را از روی حرارت بردارید و کنار بگذارید تا خنک شود.
۳. موزهای حلقه‌شده را داخل شربت آماده بریزید سپس آنها را داخل آبکش قرار دهید تا آب اضافی اش خارج شود.
۴. کف سینی فر کاغذ روغنی ببندید و آن را چرب کنید سپس موزها را روی آن چیده فر را با حرارت کم روشن کنید.
۵. هر از گاهی موزها را زیر و رو کنید تا به کاغذ روغنی نچسبند و حرارت به همه قسمت‌های آن برسد، بعد از چند دقیقه چیپس موز شما آماده است.

اگر فر ندارید، می‌توانید موزها را داخل سینی فلزی بچینید و روی حرارت غیرمستقیم و خیلی کم قرار دهید.



انجیر خشک

زمان آماده‌سازی نیم ساعت

تعداد نفرات ۴ نفر



مواد لازم  
• انجیر خشک: یک کیلوگرم

روش تهیه

۱. انجیرهای کاملاً رسیده را بشوید، سپس ساقه بالای انجیرها را با کارد به صورت علامت بعلاوه، برش کوچک بزنید.
۲. انجیرهای برش خورده را روی یک صفحه مشبک بچینید که هوا از زیرشان عبور کند.
۳. حالا صفحه مشبک را مقابل نور خورشید قرار دهید تا انجیرها خشک شوند.
۴. با تاریک شدن هوا انجیرها را به داخل منزل ببرید و با طلوع خورشید مجدداً در مقابل نور خورشید قرار دهید.
۵. زمانی که سطح خارجی انجیرها به طور کامل خشک و حالتی چروکیده پیدا کرد، انجیرها خشک شده‌اند. این کار حدود یک هفته طول می‌کشد.

به دلیل اینکه انجیر حرارت را جذب می‌کند، حتماً روی انجیرها را با توری بپوشانید.



چطور میوه را حبه و پودر کنیم؟



میوه خشک حبه‌ای به عنوان یکی از خوراکی‌های لوکس و خوشمزه مورد توجه و استقبال زیادی قرار گرفته است و جلوه زیبایی به میز پذیرایی خانواده‌ها می‌دهد. همچنین استفاده از پودرهای میوه که طعم دلپذیری دارند، به عنوان جایگزین شکر و طعم‌دهنده‌های مصنوعی در انواع محصولات غذایی از جمله بستنی، ماست، دسر، نوشیدنی و غلات صبحانه رایج شده است. در ادامه روش تهیه این تنقلات را مرور می‌کنیم.

میوه خشک حبه‌ای

- میوه‌ها را پس از شستن، هسته‌گیری و اسلایس کردن، داخل دستگاه میوه خشک‌کن یا فر قرار داده و با تنظیم دما و زمان مناسب آنها را خشک کنید.
- پس از خارج کردن میوه‌های خشک کمی آب‌جوش مخلوط کرده و له کنید.
- مواد به دست آمده را داخل چرخ گوشت بریزید و یک تا دو بار آنها را چرخ کنید.
- کمی ژلاتین و گلوکز به آن اضافه کنید تا یک خمیر تقریباً سفت به دست آید.
- خمیر را روی سینی‌های مخصوص بریزید و دوباره داخل دستگاه قرار دهید تا به حد مناسب خشک شود.
- خمیر را در ابعاد یک در یک سانتی متری برش بزنید و بسته‌بندی کنید. البته قالب‌هایی هم در بازار وجود دارد که خمیر خود را می‌توانید درون آنها بریزید و در دستگاه خشک‌کن قرار دهید.
- پس از خشک شدن، مخلوط شما به صورت حبه‌ای از این قالب جدا می‌شود. این قالب‌های مقاوم نسبت به حرارت را می‌توانید از فروشگاه‌های لوازم قنادی تهیه کنید.

تولید پودر میوه خشک

- اولین قدم در تولید پودر میوه، خشک کردن میوه است. بعضی از میوه‌ها مثل پرتقال و توت‌فرنگی را اسلایس و توسط دستگاه میوه خشک‌کن، خشک کنید اما برای تهیه یک پودر میوه با کیفیت، بهتر است خمیر میوه را خشک کرده و سپس آن را آسیاب کنید.
- بهتر است میوه‌هایی نظیر انار، آلبالو، شاتوت و... را با یک میکسر بسیار قوی میکس کنید.
- مواد به دست آمده را روی توری و سینی‌های دستگاه خشک‌کن پهن کنید و درون دستگاه قرار دهید تا خشک شوند.
- برای این کار می‌توانید از آسیاب‌های قوی یا آسیاب گهواره‌ای رومیزی استفاده کنید و پودر میوه آماده شده را در ظرف دردار نگه دارید.

