



شب یلدا نزدیک است. تو هم باید کمک کنی
سفره‌ی یلدا خوشگل و رنگ و وارنگ شود.

آذر لاریجانی



مراحل تهیه:

مواد لازم: دانه‌ی انار، دو تا سه قاشق
غذاخوری / پودر ژله‌ی آلوئه‌ورا، یک بسته /
عرق نعنا، یک قاشق غذاخوری / نعنا‌ی تازه،
چند برگ / قالب سیلیکونی، یک عدد.

چند دانه یا قوت

پودر ژله را در ظرفی متوسط بریز و یک لیوان آب جوش به آن اضافه و هم بزن تا کاملاً حل شود.

۲. یک لیوان سرخالی آب سرد و یک قاشق عرق نعنا را به مخلوط اضافه کن و هم بزن.

۳. محلول را سه قسمت کن.

۴. قالب سیلیکونی را چرب کن و یک قسمت از محلول را داخل آن بریز و قالب را به مدت نیم ساعت در یخچال بگذار تا ژله خودش را بگیرد.

۵. قالب را از یخچال بیرون بیاور و روی ژله، دانه‌های انار بچین و یک سوم دیگر محلول را روی آن بریز و قالب را دوباره به مدت نیم ساعت در یخچال بگذار.

۶. قالب را از یخچال بیرون بیاور و چند دانه‌ی دیگر انار روی آن بچین و بقیه‌ی محلول را رویش بریز و آن را به مدت دو تا سه ساعت در یخچال بگذار تا ژله کاملاً سفت شود.

۷. قالب را از یخچال بیرون بیاور و ته قالب را با سشوار کمی گرم کن تا ژله از آن جدا شود. حالا یک بشقاب روی قالب بگذار و آن را برگردان.

۸. روی ژله را با چند برگ نعنا تزیین کن و آن را کنار بقیه‌ی خوراکی‌های شب یلدا بگذار.

توجه:

اگر قالب سیلیکونی نداری، می‌توانی ژله را در ظرفی شیشه‌ای درست کنی.

سواد تغذیه:

انار ویتامین‌ها و مواد مفید زیادی دارد. یکی از این ویتامین‌ها، ویتامین سی است. ویتامین سی از مادر برابر بیماری محافظت می‌کند. ژله هم برای سلامت استخوان‌ها و پوستمان مفید است.



روش تهیه‌ی این
ژله‌ی خوش‌مزه را در
این رمز پنهان بین