

# اسفناج پلو



## مواد لازم:

- برنج؛ دو پیمانه □ اسفناج خرد شده؛ یک و نیم پیمانه □ سیب زمینی؛ یک عدد □ پیاز؛ یک عدد □ رب انار؛ نصف قاشق غذاخوری □ نمک ، فلفل سیاه و زردچوبه؛ به مقدار لازم □ روغن؛ به مقدار لازم

## طرز تهیه:

- ابتدا سیب زمینی را به صورت حبه‌ای خرد کنید و در روغن کمی تفت دهید. □ سیب زمینی‌ها را کنار بگذارید و در روغن پیاز را تفت دهید تا طلایی رنگ شود. ادویه‌ها را به پیاز بزنید و سپس اسفناج خرد شده را به آن اضافه کنید. □ بعد از اینکه اسفناج‌ها را کمی تفت دادید، سیب زمینی‌ها و رب انار را هم به مواد اضافه کنید و هم بزنید. □ برنجی را که از قبل خیس کرده‌اید، به روش برنج آبکشی بپزید و آبکش کنید. □ مواد اسفناج را لابه‌لای برنج داخل قابلمه بریزید و حدود ۳۰ تا ۴۰ دقیقه بگذارید تا دم بکشد. □ اسفناج پلوی خوشمزه شما آماده است.

نوش جان

# کیک شکلاتی

## مواد لازم:

- آرد؛ دو پیمانه  شیر؛ یک
- و نیم پیمانه  تخم مرغ؛ سه عدد
- بکینگ پودر؛ یک قاشق غذاخوری  وانیل؛
- یک قاشق چای خوری  شکر؛ یک و نیم پیمانه
- پودر کاکائو؛ پنجاه گرم (معادل یک بسته آماده)
- روغن مایع؛ یک و نیم پیمانه



## طرز تهیه:

- آرد را با وانیل و بکینگ پودر مخلوط و سه بار الک کنید.
- شکر، شیر، روغن مایع و پودر کاکائو را با همزن بزنید. یک لیوان
- از مایع بردارید و کنار بگذارید تا انتهای کار.  حالا تخم مرغ را به بقیه
- مواد اضافه کنید و با هم بزنید. سپس مخلوط آرد را اضافه کنید و با قاشق و یا
- لیسک آرام هم بزنید.  ظرف مورد نظرتان را چرب کنید و آرد بپاشید و مواد را
- داخل ظرف بریزید (بهتر است ظرفتان مستطیلی شکل باشد).  ظرف را به مدت ۳۰ تا ۳۵
- دقیقه در طبقه وسط فر با دمای ۱۷۰ درجه سانتی گراد قرار دهید.  بعد از پخت، کیک را در همان
- ظرف برش دهید و حالا یک لیوان سس شکلاتی را که اول کار کنار گذاشته بودید، روی تمام سطح
- کیک بریزید. بعد از آنکه کیک سرد شد، می توانید آن را از ظرف خارج کنید و در ظرف دیگری بچینید.
- کیک خیس شکلاتی (کیک براونی) شما آماده است.