

حلوای آرد گندم



آب و شکر را با هم مخلوط می‌کنیم و روی حرارت قرار می‌دهیم. بعد از جوش آمدن و آب شدن شکر، زعفران را اضافه می‌کنیم و در آخر گلاب را می‌ریزیم و بعد از یکی دو جوش ظرف را از روی حرارت برمی‌داریم...

مواد لازم:

آرد گندم: 500 گرم

شکر: 380 گرم

زعفران ساییده شده: یک قاشق چای‌خوری

مارگارین: 500 گرم

آب: 2 لیوان سر پر

گلاب: یک پیمانه

طرز تهیه حلوای آرد گندم :

*. آب و شکر را با هم مخلوط می‌کنیم و روی حرارت قرار می‌دهیم. بعد از جوش آمدن و آب شدن شکر، زعفران را اضافه می‌کنیم و در آخر گلاب را می‌ریزیم و بعد از یکی دو جوش ظرف را از روی حرارت برمی‌داریم تا از داغی بیفتد (در حد ولرم کفایت می‌کند).

*. مارگارین را در قابلمه مناسبی می‌ریزیم و روی حرارت قرار می‌دهیم تا داغ شود و بعد آرد را که بهتر است الک شده باشد کم کم اضافه می‌کنیم. حرارت را کم می‌کنیم و آن را مرتب هم می‌زنیم تا رنگ آرد کاملاً خرمایی شود و بوی عطر آن به مشام برسد (اگر با حرارت بالا این عمل انجام شود، آرد می‌سوزد و حلوای تلخی به دست می‌آید). سپس ظرف را از روی حرارت برمی‌داریم. یک دقیقه صبر می‌کنیم تا از داغی بیفتد بعد شربت را داخل آن می‌ریزیم و مرتب هم می‌زنیم تا آرد و شربت با هم مخلوط شوند. اگر حلوا کمی شل بود می‌توانیم ۱ تا ۲ دقیقه دیگر ظرف را روی حرارت قرار دهیم.

*. (بعد از اضافه کردن شربت نباید حلوا را روی حرارت قرار داد، زیرا باعث خشک شدن آن می‌شود). حلوا را در دیس می‌کشیم و با سر قاشق یا انواع قالب‌ها آن را تزئین می‌کنیم و در آخر قدری پودر پسته و یا پودر نارگیل روی آن می‌پاشیم.

خواص زعفران:

*. طبق نتایج حاصله از تحقیقات استفاده از زعفران در غذا و نوشیدن حداقل یک فنجان چای زعفران برای تمدد اعصاب توصیه می‌شود. زعفران افزایش دهنده تمرکز حواس است و در پیشگیری از آلزایمر و پارکینسون موثر می‌باشد زعفران در درمان دردهای عصبی و کم‌خوابی موثر می‌باشد.