طرز تهیه سوفله مرغ و سیب زمینی

سوفله مرغ و سیب زمینی غذایی خوشمزه و مغذی است که ترکیب مرغ، سیب زمینی و پنیر در آن طعم فوق العاده ای را ایجاد می کند. ترکیب و مواد تشکیل دهنده این غذا به گونه ای است که برای افراد علاقمند به فست فود گزینه بسیار مناسبی است.

???? ???? :

????? ??? ? ??? ?????
??? ??? (?? ?????? ??? ?????) ??? ??? 100 ???
???? ??? ??? ??? 1 ??? ?????
??? ????? ????? ??? ??? 1 ??? ?????
???? ????? ??? ??? 1 ??? ?????
???? ???? ??? ??? ???? ??? ??? 2 ???? ??? ????
??? ??? 3 ???
???? ????? 50 ???
???? 5 ???
??? 3/4 ?????
????? ???? ? ??????? ?? ????? ????
??? ? ???? ?? ????? ????

??? ???? :

????? ??? ????? ??? ??? ??? ?? ?? ???? ??? ??? ???? ? ?? ????? ???????.
???? ?? ?? ?? ???? ??? ???? ? ??? ????? ?? ?? ?? ?? ????? ???? ? ??? ?? ?? ????? ???? ? ???
??? ???? ?? ??? ??? ???? ??? ???? ? ???? ???? ??? ?? ?? ????? ???? ? ??? ???? ?? ?????? ???
?? ???? ???? ??? ??? ??? ??? ? ??? ? ???? ??? ?? ?????? ???? ? ???? ?? ?? ??? ????? ??????? .
? ?? ????? ???????.
???? ??? ??? ? ???? ????? ? ???? ? ??? ?? ?? ????? ?? ????? ? ??? ???? ???? ? ?? ???? ???? ??
?? ????? ???????.
?? ?? ??? 180 ???? ????? ???? ??? ???? .
??? ????? ??? ??? ??? ?? ??? ??? ????? ?? ?????? ? ??? ?? ?? ?? ???? ??? ??????? ? ?? ???
?? ?? ????? ??? ?? ??? ???? ?????? ? ??????? ???? ?? ?? ?? ??? 25 ?? 30 ????? ???? ? ??? ???
????? ??? ??? . ??? ?? ????? ??? ???? ???? ??? ?? ??? ?? ??? ???? .

برای اینکه پف این غذا بیشتر بشه می توانید زرده و سفیده تخم مرغ را از هم جدا کنید و زرده را با شیر و گردو و پنیر پیتزا مخلوط کنید و سفیده را هم در ظرفی جداگانه خوب با هم زن بزنید تا پف کند و در آخر سفیده را به بقیه مواد سس اضافه کنید و به صورت دورانی هم بزنید تا پف مواد نخوابه و روی مواد مرغ درون ظرف فر بریزید.

???? ??????:

????? ??? ? ??? ????? ??? ??????? ? ????? ??????
???? ????? ???? ???? ????? ? ??????? ?? ????? 20 ?????
? ???? ??? ? ?????? ?? ?? ???? 1 ???? ? 0 ????? ?????? .
????? ??? ? ??? ????? ?? ?? ?????? ?? ???? ???? - ??? - ??? ??? - ??? ???? .
???? ?????? ????? ???? ????? ? ????? ???? ???? 4 ??? ????? ??????.

??????**????:**

Source URL: https://www.otaghkhabar24.com/news/156503