

<https://recettesfood.com>

جبنة نباتية مدخنة سريعة التحضير



مكونات

كوب ماء 2

كوب كاجو خام 1/2

ملاعق كبيرة رقائق خميرة مغذية 3

- ملاعق كبيرة زيت جوز هند مذاب 2
- ملعقة كبيرة دخان سائل 1
- ملاعق صغيرة ملح البحر 2
- ملاعق صغيرة بابريكا مدخنة 2
- ملعقة صغيرة بصل حبيبي 1
- ملعقة صغيرة حمض اللاكتيك 1
- ملاعق كبيرة نشا التايوكا 3
- ملاعق كبيرة كابا كاراجينان 2

تعليمات

في وعاء الخلاط القوي ، يُمزج الماء ، والكاجو ، ورقائق الخميرة الغذائية ، وزيت جوز الهند ، والدخان السائل ، والملح ، والفلفل الحلو المدخن ، والبصل المحبب ، وحمض اللاكتيك ، ويُمزج حتى يصبح ناعمًا للغاية ولا توجد أي أجزاء من المكسرات . أضيفي التايوكا والكاراجينان واخلطيهم لمدة 5 إلى 10 ثوان حتى يصبح المزيج ناعمًا.

يُسكب مزيج الكاجو في قدر كبيرة ويُترك على نار خفيفة على نار متوسطة مع الخفق باستمرار. استمر في الطهي مع الخفق المستمر لمدة 7-9 دقائق حتى يتكاثف المزيج جيدًا ويصبح شديد اللمعان. اسكب الجبن في وعاء صغير يمكن أن يحتوي على كوبين على الأقل من الحجم. أنا أحب المقالي الصغيرة. أو الأواني الزجاجية.

إذا تم طهيه بشكل صحيح ، سيبدأ الجبن في الاستقرار على الفور. اترك الجبن على درجة حرارة الغرفة لمدة 30 دقيقة. ثم غطي الجبنة وضعيها في الثلاجة حتى تنتهي من التماسك لمدة 3 إلى 4 ساعات. إذا لم يتم إعداد الجبن بشكل صحيح ، فهذا يعني أنك لم تطهيه لفترة كافية ، وإذا حدث هذا لك ، فقم بإلقائه مرة أخرى في القدر واطبخه لبضع دقائق أخرى! سوف يذوب مرة أخرى ثم يمكنك سكه مرة أخرى في القالب حتى يتماسك. أزيل الجبن من القالب وقدميه.

صوص جبن جودة مدخن نباتي



مكونات

- كوب حليب صويا عادي غير محلى 1
- كوب ماء 1
- كوب من الكاجو الخام غير المملح ، انقعه إذا 1/4 لم يكن لديك خلاط عالي البودرة
- كوب رقائق الخميرة الغذائية 1/4
- إلى 3 ملاعق صغيرة من الدخان السائل حسب 2 الرغبة
- ملعقة كبيرة زيت جوز الهند المذاب (غير المكرر) 1
- Bragg Liquid Aminos ملعقة صغيرة 1 1/2
- ملعقة صغيرة ملح البحر 1

- ملعقة صغيرة حمض اللاكتيك النباتي 1
- Instant Clearjel أو EZ Gel إلى 4 ملاعق كبيرة من 3 اعتمادًا على مقدار السماكة التي تريدها ،

تعليمات

في وعاء الخلاط ، أضف حليب الصويا ، والماء ، والكاجو ، ورقائق الخميرة الغذائية ، و 2 إلى 3 ملاعق صغيرة من الدخان السائل (يعتمد ذلك على مدى الدخان الذي تريده) ، وزيت جوز الهند المذاب ، والأمينات السائلة ، والملح ، وحمض اللاكتيك. امزج حتى تصبح ناعمة للغاية ولا توجد أجزاء من الكاجو. مع تشغيل الخلاط على سرعة منخفضة ، أضف بعناية 3 ملاعق كبيرة من المثخن الفوري عبر الجزء العلوي من الخلاط. زد السرعة إلى السرعة العالية واخلط لمدة 10 ثوانٍ للمزج. اتركه من 5 إلى 10 دقائق واخلطه جيدًا حتى يصبح ناعمًا. إذا لم تكن الصلصة سميكة بدرجة كافية ، أضف ملعقة كبيرة أخرى من المثخن واخلطها مرة أخرى حتى تصبح ناعمة.

موزاريللا نباتية قابلة للذوبان

- كوب واحد من زبادي الصويا والكاجو منزلي الصنع أو اشترى من المتجر زبادي غير ألبان غير محلى
- كوب ريجوفلاك ، محلي الصنع ، أو مشتراة من 1/2 المتجر
- كوب زيت كانولا 1/3
- ملعقة صغيرة ملح البحر (يقول ميوكو 2 ملعقة 1 صغيرة في الفيديو ولكن استخدم 1 فقط!) ، بالإضافة إلى 1 ملعقة صغيرة إضافية للمحلول الملحي
- ملاعق كبيرة طحين تايوكا 4
- ملعقة كبيرة كاراجينان 1
- ملعقة صغيرة صمغ الزانثان (اختياري) 1/2
- وعاء كبير من الماء المثلج مع 1 ملعقة صغيرة ملح

تعليمات

- قم بمعالجة المكونات (8 إلى 24 ساعة مقدّمًا)
- يُمزج الزبادي مع الريجوفلاك وزيت الكانولا والملح في الخلاط ويخلط حتى يصبح قشديًا. تصب في وعاء نظيف ، وتغطيتها ، وتوضع على منضدة مطبخك لمدة 8 إلى 24 ساعة. تذوقه بعد حوالي 8 ساعات لمعرفة ما إذا كان قد طور لدغة حساسة.

إذا لم يكن الأمر كذلك ، فاستمر في التحقق حتى تتطور حدة دقيقة.

- أضف دقيق التايوكا والكاراجينان
- يُسكب المزيج في قدر متوسطة الحجم. باستخدام مضرب سلكي ، اخلطي دقيق التايوكا والكاراجينان. للحصول على تناسق أكثر تمددًا ، يمكن إضافة صمغ الزانثان ، على الرغم من أنه ليس ضروريًا. على نار متوسطة ، يُطهى المزيج باستخدام خفاقة لتحريكه باستمرار تقريبًا ، حتى يصبح المزيج ناعمًا جدًا وسميكا ولزجا ولامعا. ليس جاهزا إذا لم يكن هناك لمعان ، لذا استمر في الطهي حتى الوصول إلى القوام الصحيح.
- شكل الكرات
- باستخدام مغرفة صغيرة من الأيس كريم ، قم على الفور بتشكيل كرات صغيرة من الجبن الطري وضعها في الماء المثلج (الذي يضاف إليه حوالي ملعقة صغيرة ملح). سوف تصلب على الفور تقريبا.

ملحوظات

ملاحظات التخزين: ضعها في الثلاجة لمدة تصل إلى أسبوع واحد في الماء ، مغطى ؛ بعد ذلك ، ستفقد جبن الموزاريلا اعتدالها.

تاكيتوس نباتي



- أونصات من تجعيد الصويا الجاف
- كوب ماء مغلي 2
- حوالي 1/2 إلى 1 ملعقة كبيرة أفضل من مرقة الدجاج النباتي (أو حسب طعم ماركة أخرى)
- ملاعق كبيرة بالإضافة إلى 1 ملعقة صغيرة من 2 مسحوق الفلفل الحار محلي الصنع (انظر الوصفة في طبق كل يوم)
- ملعقة صغيرة كمون مطحون، 2 1/2
- ملعقة صغيرة زعتر مجفف 1
- بصلة (أي نوع) مقشرة ومقطعة إلى مكعبات 1
- علبة تورتيلا الذرة 1

تعليمات

- في كوب قياس ، اخلطي المرققة مع الماء المغلي . في وعاء كبير ، اخلطي مزيج الماء المغلي والصويا كيرلز. اتركه لمدة 10 دقائق ، مع التحريك من حين لآخر ، حتى يجف فول الصويا .
- Blendtec يفضل أن يكون) في وعاء الخلاط القوي (Blendtec Twister jar أو املاً حوالي ثلث الطريق ، واخلطه حتى يتم تقطيعه جيدًا. أخرجها إلى وعاء كبير ، وافعلي نفس الشيء مع باقي قطع تجعيد الصويا حتى يتم تقطيعها جميعًا .
- في وعاء كبير ، اخلطي كرات الصويا مع مسحوق الفلفل الحار والكمون .
- سخني مقلاة كبيرة على نار متوسطة الحرارة . رش القاع بالزيت أو استخدم 1 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون. يُضاف البصل وفول الصويا ويُطهى المزيج مع التحريك حسب الحاجة ، حتى يبدأ البصل في التلوين ويلين ، حوالي 10 دقائق. إزالة المقلاة من على النار .
- ضع مقلاة صغيرة على نار متوسطة الحرارة واملاً القاع بحوالي 1/4 إلى 1/2 بوصة من زيت الزيتون . اتركه يسخن بينما تقوم بتدوير التكيثو .
- إذا لم تكن التورتيلات طرية جدًا ، يمكنك تسخينها في الميكروويف على طبق (بدون الكيس) لمدة 20 ثانية تقريبًا. سيؤدي ذلك إلى تليين ما يكفي للدحرجة .

- اعمل مع قطعة تورتيلا في كل مرة ، ضع ملعقة أو على طول حافة Soy Curl اثنتين من حشوة التورتيلا. لف التورتيلا بإحكام حول الحشوة حتى تحصل على شكل سيجار. تحقق لمعرفة ما إذا كان الزيت ساخنًا بدرجة كافية في المقلاة. بمجرد أن يصبح الجو حارًا ، ضع التكيثو بحذر في جانب التماس الزيت لأسفل. كرري العملية مع باقي الحشوة. عندما يصبح التاكيثو ذهبيًا (والذي يستغرق حوالي 4 إلى 5 دقائق) ، اقلبه بحذر باستخدام ملقط أو شوكة ، وقم بطهيه على الجانب الآخر حتى يصبح ذهبيًا ومقرمشًا.
- باستخدام الملقط ، قم بإزالة التكيثو من المقلاة إلى طبق أو صفيحة خبز تتماشى مع المناشف الورقية. كرر مع تاكيثوس المتبقية. دعهم يستنزفون للحظة ، ثم قدموا التكيثو ساخنًا ، مع الصلصة على الجانب.

انتشار أومامي ميسو



- كوب كاجو خام غير مملح ، منقوع لعدة ساعات 2 أو طوال الليل ومصفى
- كوب ميسو أبيض 1/2
- كوب رقائق الخميرة الغذائية 1/4
- ملعقة صغيرة بصل حبيبات 1
- ملعقة صغيرة ثوم حبيبات 1
- ملعقة صغيرة بابريكا مدخنة 1
- ملعقة صغيرة مسحوق خردل مجفف 1/2
- حوالي نصف كوب من النيذ الأبيض، أو البيرة ، أو حسب الحاجة لخلط المزيج
- بخ من صلصة سريراتشا اختياري

تعليمات

- في محضر الطعام أو الخلاط عالي البودرة ، أضف جميع المكونات واخلطها حتى تصبح ناعمة

- سوف تحتاج إلى التوقف وكشط جوانب الماكينة بشكل دوري.
- أضف فقط ما يكفي من النيذ أو البيرة حتى يمتزج الخليط.
- أنت لا تريدها سائلة. من المفترض أن يكون انتشارًا كثيفًا إلى حد ما.

صلصة الفطر البري بالكريمة



- ملعقة طعام زيت زيتون 1
- رطل من الفطر البري ، منظف ومقطع إلى 1 شرائح
- فصوص ثوم ، مقسمة 6

- حوالي 12 أونصة معكرونة أو إسباجيتي من شعر الملاك
- أكواب ماء 3 3/4
- كوب كاجو خام غير مملح 3/4
- ملاعق كبيرة من رقائق الخميرة الغذائية 5
- ملعقة صغيرة ملح البحر الناعم ، أو أكثر حسب الرغبة 1
- فلفل أسود مطحون طازجًا حسب الرغبة
- فلفل أبيض مطحون حسب الرغبة
- إلى 1/2 ملعقة صغيرة من جوزة الطيب 1/4 المبشور حديثًا

تعليمات

- في مقلاة كبيرة على نار متوسطة ، أضيفي الزيت. بمجرد أن يسخن الزيت ، يُضاف الفطر ويُطهى مع التحريك حسب الحاجة ، حتى يطلق الفطر كل السوائل وينضج السائل. أضف 4 فصوص من الثوم (مضغوظ أو مفروم) في المقلاة ، واطبخها حتى ينضج الفطر.
- أثناء طهي الفطر ، اطهي المعكرونة في قدر كبير من الماء المغلي حتى تنضج. صفي المعكرونة واحتفظي بها.
- في وعاء الخلاط ، يُمزج الماء والكاجو والخميرة الغذائية و 2 فصوص من الثوم والملح. امزج لعدة

دقائق أو حتى تصبح ناعمة تمامًا ، ولا يتبقى أجزاء صغيرة من المكسرات.

- أضيفي صلصة الكاجو إلى الفطر في المقلاة. يُطهى المزيج مع التحريك حسب الحاجة ، حتى تتكاثف الصلصة حتى قوام الكريمة السمينة ، حوالي 5 دقائق. أضف الملح والفلفل الأبيض والأسود حسب الرغبة. يرش جوزة الطيب ويخلط جيدا. إذا رغبت في ذلك ، أضف المزيد من جوزة الطيب حسب الرغبة.
- توضع المعكرونة المطبوخة في وعاء التقديم وتُسكب الصلصة فوقها. قد ترغب في الاحتفاظ ببعض الصلصة وتقديمها على الجانب. من الأفضل تناول المعكرونة على الفور.

كريمة ماك اند تشيز



- إلى 16 أوقية من المعكرونة المجففة أو الأرز 10 البني أو القمح
- كوب ماء (أو 1 كوب ماء بالإضافة إلى كوب من 2 حليب الصويا غير المحلى ، للحصول على نسخة أكثر دسماً قليلاً)
- كوب كاجونيء 1/2
- ملاعق كبيرة من رقائق الخميرة الغذائية ، 6 مقسمة
- ملعقة صغيرة ثوم حبيبي 2
- ملعقة صغيرة من البصل المحبب 1 1/2
- ملعقة صغيرة بابريكا مدخنة 1
- ملعقة صغيرة ملح بحري ناعم 1 1/4
- ملعقة صغيرة بابريكا حلوة أو عادية 1/2
- الفوري ، أو Clearjel من 4 إلى 5 ملاعق كبيرة من حسب الحاجة لتكثف

تعليمات

- في قدر كبير من الماء المغلي المملح قليلاً ، أضيفي قشور المعكرونة واطهيها وفقاً لتوجيهات العبوة حتى تنضج ، لمدة 10 دقائق تقريباً. تُصْفَى المعكرونة جيداً وتوضع في وعاء كبير. اجلس جانبا
- في وعاء الخلاط ، يُمزج الماء والكاجو والخميرة الغذائية والثوم والبصل والفلفل الحلو المدخن والملح والفلفل الحلو. يُمزج المزيج بسرعة عالية حتى يصبح ناعماً تماماً ولا يتبقى أي أجزاء من المكسرات. مع الماكينة على سرعة منخفضة ، عبر الجزء العلوي من وعاء Instant Clearjel أضف الخلاط ، واخلط حتى يصبح ناعماً للغاية
- تُسكب الصلصة الجبن فوق المعكرونة المطبوخة ، وتخلط حتى تغطي المعكرونة. أضيفي الملح و الفلفل للطعم ثم قدمي

خبز تابيناد



- فص ثوم 2
- كوب زيتون كالاماتا منزوع النوى 1
- ملاعق كبيرة من نبات الكبر 2
- ملاعق كبيرة زيت زيتون بكر ممتاز 2
- ملعقة صغيرة زعتر مجفف 1/4

تعليمات

- يقطع الثوم ناعماً في محضر طعام صغير. يُضاف الزيتون ، والكبر ، وزيت الزيتون والزعتر ، ويُطهى حتى يفرم ناعماً ولكن ليس ناعماً.
- يُنقل المزيج إلى طبق صغير مقاوم للفرن ويُخبز في فرن مُسخّن مسبقاً بدرجة حرارة 350 درجة فهرنهايت حتى يصبح تابينايد دافئاً ومليئاً بالفقاعات.
- يرش القليل من الزعتر المجفف فوق التابناد. ويقدم دافئاً مع الكروستيني أو البسكويت.

