

آموزش کاربردی ساخت و آماده سازی ترشیجات خانگی

شهناز هوشمندنیا



به نام خداوند بخشنده مهربان

آموزش کاربردی ساخت و آماده سازی ترشیجات خانگی

تالیف:

شهناز هوشمندنیا



انتشارات موجک (ناشر دانشگاهی)



سرشناسه : هوشمندنیا، شهناز، ۱۳۳۸-

عنوان و نام پدیدآور : آموزش کاربردی ساخت و آماده‌سازی ترشیجات خانگی /
تالیف شهناز هوشمندنیا.

مشخصات نشر : تهران: موجک، ۱۴۰۰.

مشخصات ظاهری : ۱۲۴ ص؛ ۲۱/۵×۱۴/۵ س.م.

شابک : ۳-۴۱۶-۹۹۴-۶۰۰-۹۷۸، ۱۵۸۰۰۰۰ ریال

وضعیت فهرست نویسی : فیبا

موضوع : ترشی‌ها

موضوع : Pickles

رده بندی کنگره : TX ۸۰۵

رده بندی دیویی : ۶۴۱/۴۶

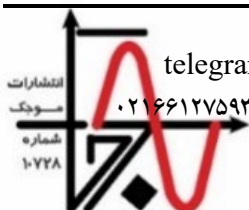
شماره کتابشناسی ملی : ۸۶۸۱۲۹۳

اطلاعات رکورد کتابشناسی : فیبا

انتشارات موجک

تلگرام : ۰۹۰۱۷۶۷۲۵۰۲

کانال: telegram.me/mojak1



تلفن مرکز بخش : ۰۲۶۳۲۷۰۵۳۱۸ - ۰۲۶۳۲۷۰۲۶۵۹ - ۰۲۱۶۶۱۲۷۵۹۳

ایمیل : mojakpublication@yahoo.com

سایت : www.mojak.ir

عنوان : آموزش کاربردی ساخت و آماده سازی ترشیجات خانگی

تالیف : شهناز هوشمندنیا

مشخصات ظاهری : ۱۲۴ صفحه، قطع رقعی

چاپ اول : بهار ۱۴۰۲، تیراژ : ۵۰۰ جلد

قیمت : ۱۵۸۰۰۰۰ ریال، شابک : ۳-۴۱۶-۹۹۴-۶۰۰-۹۷۸

کلیه حقوق مادی و معنوی این اثر برای انتشارات موجک محفوظ است. هیچ شخص حقیقی و حقوقی حق چاپ و تکثیر این اثر را به هر شکل و صورت اعم از فتوکپی، چاپ کتاب و ... را ندارد. متخلفین به موجب بند ۵ ماده قانون حمایت از ناشرین تحت پیگرد قانونی قرار می‌گیرند.

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۱۱	پیش‌گفتار.....
۱۳	مقدمه.....
۱۷	شور بامیه و گل کلم.....
۱۹	شور مخلوط.....
۲۰	سبزیجات شور.....
۲۱	خیار شور.....
۲۳	لفل کبابی.....
۲۴	شور کردن قارچ.....
۲۵	ترشی میوه.....
۲۶	ترشی گیلاس.....
۲۷	ترشی آلبالو.....
۲۸	ترشی گردو.....
۲۹	خیار شور سرکه‌ای.....
۳۰	ترشی بادمجان شکم پر (۱).....
۳۱	ترشی کلم قرمز.....

- ۳۲.....ترشی بادمجان روش (۲)
- ۳۴.....ترشی گردوی تازه
- ۳۵.....زیتون پرورده
- ۳۶.....ترشی کنگر
- ۳۷.....ترشی خرما
- ۳۸.....لیته خرما
- ۳۹.....ترشی فلفل سبز (روش ۳)
- ۴۰.....ترشی لیته بادمجان (شمال)
- ۴۱.....ترشی بنه (پسته کوهی)
- ۴۲.....ترشی زالزالک (گویج)
- ۴۳.....ترشی خرمالو
- ۴۴.....ترشی میوه‌ی رنده شده
- ۴۶.....ترشی انجیر
- ۴۷.....ترشی چغاله بادام
- ۴۸.....ترشی بامیه
- ۴۹.....ترشی هندوانه
- ۵۰.....ترشی شپله
- ۵۱.....ترشی گوجه فرنگی کوچک
- ۵۲.....ترشی کامکوات (پرتقال تزیننی کوچک)
- ۵۳.....ترشی آجیل
- ۵۵.....ترشی لیمو درسته

- ۵۶.....ترشی انبه روش (۳)
- ۵۷.....ترشی فلفل تهرانی
- ۵۸.....ترشی خرما با سماق (روش ۱)
- ۵۹.....ترشی سیب درختی
- ۶۰.....ترشی انگور
- ۶۱.....ترشی سیر کله
- ۶۲.....ترشی میوه جات درسته
- ۶۴.....ترشی هلو و سیب
- ۶۵.....ترشی فلفل دلمه‌ای با سبزیجات و بادمجان
- ۶۷.....ترشی هفت بیجار
- ۶۸.....زیتون پرورده (روش ۲)
- ۶۹.....ترشی عروس
- ۷۱.....ترشی پیاز و کلم برگ قرمز
- ۷۲.....ترشی آلو زرد یا آلو سیاه
- ۷۳.....ترشی موسیر
- ۷۴.....ترشی لپته بادمجان
- ۷۵.....خیار ترشی
- ۷۶.....ترشی کرفس با سبزیجات
- ۷۷.....ترشی میوه خرد
- ۷۹.....ترشی سیب فندقی
- ۸۰.....معجون عمارتی

- ۸۱.....ترشی چغاله بادام.....
- ۸۳.....قره قورت.....
- ۸۴.....ترشی ناز خاتون.....
- ۸۵.....ترشی خرما روش (۲).....
- ۸۶.....زیتون پروده شمال.....
- ۸۸.....ترشی میوه‌های خشک.....
- ۸۹.....زیتون پرورده مازندرانی.....
- ۹۰.....زیتون پرورده گیلان.....
- ۹۱.....ترشی فلفل دلمه‌ای قرمز.....
- ۹۲.....ترشی لیمو سنگی کوچک.....
- ۹۲.....با ادویه فراوان و روغن زیتون.....
- ۹۳.....ترشی بندری یا آبادانی.....
- ۹۴.....ترشی شهر کردی.....
- ۹۵.....ترشی بندری.....
- ۹۶.....ترشی دلمه هفت بیجار (با برگ بو).....
- ۹۷.....ترشی میوه‌های خشک.....
- ۹۸.....رب نارنج.....
- ۹۹.....ترشی قاچ و سبزیجات.....
- ۱۰۰.....ترشی فلفل هندی.....
- ۱۰۱.....ترشی لپته بادمجان ریز خرد شده تمری.....
- ۱۰۲.....ترشی انبه کال سبز.....

- ۱۰۳..... ترشی امپراطور
- ۱۰۵..... ترشی انبه با روغن زیتون، مدل پاکستانی
- ۱۰۶..... ترشی بادمجان کبابی یا همان میرزا قاسمی
- ۱۰۷..... ترشی گوجه فرنگی و سیب
- ۱۰۸..... ترشی میوه‌های شیرین
- ۱۰۹..... ترشی زغال اخته
- ۱۱۰..... ترشی شلیل و زردآلوی نارس
- ۱۱۱..... ترشی مخلوط زرد
- ۱۱۲..... ترشی مخلوط سبزیجات
- ۱۱۳..... ترشی خیار و پیاز و فلفل ورقه ورقه‌ای
- ۱۱۴..... ترشی ذرت
- ۱۱۵..... ترشی قارچ و لیمو
- ۱۱۶..... ترشی گیلاس
- ۱۱۷..... سس گوجه فرنگی برای ترشی‌های خانگی
- ۱۱۸..... سس تمشک و سرکه سیب
- ۱۱۹..... ترشی کدو سبز
- ۱۲۰..... انداختن سرکه انگور
- ۱۲۱..... سرکه خرما
- ۱۲۲..... ترشی گوجه سبز
- ۱۲۳..... ترشی ریواس
- ۱۲۴..... سرکه سیب خانگی

پیش‌گفتار

شیشه‌های کوچک دهان گشاد بهترین انتخاب برای ترشی و شور است؛ زیرا زمانی که شیشه را باز می‌کنید در مدت زمانی کوتاه مصرف می‌شود.

سبزی جات و صیفی جات را پس از شستن، کاملاً خشک کنید؛ زیرا آب باقیمانده در مواد باعث کپک زدن ترشی و شور می‌شود. زمانی که سرکه را به مواد ترشی اضافه می‌کنید، باید کاملاً روی مواد را بپوشانید. برای شور نیز آب شور باید روی مواد را بپوشاند. در ظرف ترشی و شور را محکم ببندید که هوا، وارد آن نشود. هنگام مصرف ترشی یا شور دقت کنید که وسیله‌ای که با آن قصد برداشت ترشی یا شور را از ظرف اصلی دارید، حتماً تمییز باشد. تاریخ آماده سازی ترشی را روی ظرف بنویسید تا زمان آماده شدن، بتوانید از آن استفاده کنید.

«این ترشی به مدت یک ساعت وقت می‌گیرد»

«و به مدت ۳۰ روز هم آماده‌ی مصرف است»

شهناز هوشمندنیا

بهار ۱۴۰۲

مقدمه

کتاب هنر ترشی سازی که اینک تقدیم بانوان و دوشیزگان و علاقه مندان گرامی می‌شود در برگیرنده نزدیک دستورالعمل ترشی است که هر یک از آنها بارها و بارها آزمایش و تجربه شده است.

من از سال ۱۳۸۵ در آبادان شروع به درست کردن ترشی در خانه خود کرده‌ام و از این کار خیلی خیلی لذت می‌برم و از این راه درآمد خوبی برای خود و خانواده‌ام کسب می‌کردم و دوست دارم هزاران نفر از بانوان و دوشیزگان عزیز را با این هنر آشنا کنم. با داشتن چنین تجربه‌ای کتاب حاضر را پدید آوردم و انگیزه‌ام این بوده است که خانواده‌های آبادانی و دیگر شهرها حتی با تجربه کم نیز بتوانند به تهیه ترشی‌های ندید و استفاده درست از مواد اولیه که با قیمتی بسیار ارزان فراهم می‌شود توفیق یابند.

اینجانب شهناز هوشمندنی متولد سال ۱۳۳۸ متولد آبادان هستم. کتاب حاضر حاصل دست رنج من است که از کلاس چهارم ابتدائی در یک کارگاه ترشی سازی خانگی واقع در شهر آبادان جهت یادگیری مشغول به فعالیت و آموزش عملی و کاربردی گردیدم. هم درس می‌خواندم هم آموزش و فعالیت داشتم. علاوه بر این به دوخت لباس‌های عروسک و بافندگی با قلاب مشغول بودم تا اینکه در مدرسه راهنمایی مسابقه‌ای برگزار شد. من در مسابقه بافندگی با قلاب

شرکت کردم و رتبه اول را کسب کردم و به من مدال دادند و آن را در موزه مدرسه به یادگار گذاشتند. ضمن این کار به آموزش خصوصی تدریس در منزل هم می‌پرداختم و از این راه وجهی برای خود و خانواده‌ام کسب می‌کردم و خرج تحصیل خود و خواهر و برادرانم را پرداخت می‌کردم تا اینکه در سن ۱۸ سالگی ازدواج کردم و در سن ۱۹ سالگی بچه اولم بدنیا آمد و دیگر تمام تلاش و کوشش‌هایم را برای تربیت و رسیدگی به امور خانه و خانواده‌ام کنار گذاشتم.

در سال ۱۳۵۹ فرزند سوم من در دزفول بدنیا آمد. زمان جنگ تحمیلی حق علیه باطل بود. بعد از ۳ ماه اقامت در دزفول مهاجرت کردم به مازندران به مدت ۸ سال. همسر هم برای کمک به جبهه و جنگ مرتب به آبادان سفر می‌کرد. من هم در مازندران بیکار ننشستم. ضمن تربیت و درس دادن به فرزندان مشغول به کارآفرینی از قبیل: سبذبافی، آویزبافی، لیف بافی و مرغداری پرداختم و از این راه بازهم درآمدی برای خود و خانواده‌ام کسب می‌نمودم تا اینکه جنگ تحمیلی تمام شد و من به آبادان برگشتم.

دیدم اگر بخواهم بیکار بمانم دچار بیماری می‌شوم. از این رو تصمیم گرفتم البته با تشویق یک دانه دختر عزیزم سرکار خانم مریم نیاکان، شروع به ساختن ترشیجات خانگی کردم و در مسابقه‌ای که سرکار خانم مهندس مهسا سادات محسن‌فر برای بانوان ترتیب داده بود با تشویق دخترم در مسابقه شرکت کردم و تمام ترشیجات خود را معرض فروش قرار دادم و همه مردم آبادان استقبال خوبی برای خرید ترشیجات خانگی‌ام داشتند و این انگیزه‌ای بود که جرقه‌ای در فکر من ایجاد شود که کارم را توسعه دهم و از جهتی هم این خانم فعال

و انسان دوست با کوشش و تلاش شبانه روزی خود بازاری برای اشتغال بانوان هنرمند در آبادان راه اندازی کردند و از این بازار زیبا که بازارچه خوداشتغالی بانوان است غرفه‌ای به من واگذار شد که از ایشان نهایت تشکر و قدردانی را دارم و هیچ وقت زحمات بی دریغ این بانوی عزیز را فراموش نخواهم کرد.

بعد از این کارها و آزمایش‌های مکرر ترشی سازی به این نتیجه رسیدم که تمام تجاربم را به قلم بیاورم و بصورت کتابی منسجم در اختیار شهروندان عزیز میهنم قرار دهم. امیدوارم که کتاب حاضر در جهت کارآفرینی افرادی که علاقه مند به هنر هستند مورد استفاده قرار گیرد. چرا که این کتاب حاصل تجربیات و آزمون‌های بسیار ارزشمندی است.

باسپاس

شهناز هوشمندنیا

بهار ۱۴۰۲

شیشه‌های کوچک دهان گشاد بهترین انتخاب برای ترشی و شور است؛ زیرا زمانی که شیشه را باز می‌کنید در مدت زمانی کوتاه مصرف می‌شود.

سبزی جات و صیفی جات را پس از شستن، کاملاً خشک کنید؛ زیرا آب باقیمانده در مواد باعث کپک زدن ترشی و شور می‌شود.

زمانی که سرکه را به مواد ترشی اضافه می‌کنید، باید کاملاً روی مواد را بپوشانید. برای شور نیز آب شور باید روی مواد را بپوشاند.

در ظرف ترشی و شور را محکم ببندید که هوا، وارد آن نشود.

هنگام مصرف ترشی یا شور دقت کنید که وسیله‌ای که با آن قصد برداشت ترشی یا شور را از ظرف اصلی دارید، حتماً تمییز باشد.

تاریخ آماده سازی ترشی را روی ظرف بنویسید تا زمان آماده شدن، بتوانید از آن استفاده کنید.