

چاشنی معروف دوغ و ادویه دوغ محلی + خاصیت و اندازه

دوغ به دلیل طبع سردی که دارد باید به ادویه ها و چاشنی های مخصوصی مخلوط شود این ادویه ها علاوه بر طعم خوبی که به دوغ و ماست می دهند طبع آن را نیز گرم می کند.

به گزارش سایت خبری پرسون، دوغ یک نوشیدنی سنتی در ایران است که با ترکیبی از سبزیجات و ادویه ها تهیه می شود. سبزیجاتی مانند نعنا، پونه، گل سرخ، برگ پیازچه و برگ کرفس به صورت خشک یا تازه به دوغ اضافه می شوند و تنوع بسیاری را در این نوشیدنی به ارمغان می آورند.

نعنا یکی از محبوب ترین و پرکاربردترین چاشنی هایی است که به دوغ اضافه می شود. همچنین ادویه هایی مانند کاکوتی، برگ سیر، گل آویشن و ترخون نیز برای بهبود طعم و مزه دوغ مورد استفاده قرار می گیرند. این ادویه ها باید کاملاً خشک باشند تا بهترین اثر را در دوغ به ارمغان بیاورند.

نمک نیز طعم دهنده اصلی دوغ است و میزان آن بستگی به سلیقه افراد دارد. همچنین، فلفل قرمز خشک نیز یک چاشنی جذاب برای دوغ است که به آن طعم و ادویه اضافه می کند.

چاشنی ها و ادویه های محبوب در دوغ محلی و خانگی

چاشنی و ادویه های محلی دوغ تنوع زیادی دارند. پونه کوهی، کاکوتی و خیار از میان چاشنی ها و ادویه های محبوب در دوغ محسوب می شوند. دوغ دارای خواص زیادی برای بدن است و با اضافه کردن ادویه های دوغ، خواص آن بهتر جذب می شود.

سبزیجات معطر مناسب برای دوغ

سبزیجاتی که دارای طعم و عطر بسیار خوبی هستند، به عنوان چاشنی و ادویه در غذاها استفاده می شوند.

نعنا، یکی از سبزیجات خوشبوترین و محبوب ترین است که به صورت خشک و پودر شده به دوغ اضافه می شود و به آن طعم و اشتها برانگیزی می بخشد. مصرف دوغ طعم دار با سبزیجات در همراهی با غذا، وعده غذایی شما را لذت بخش تر می کند. پونه کوهی نیز یکی دیگر از سبزیجات معطری است که برای خوش طعم شدن دوغ محلی به آن اضافه می شود.

مهمترین خاصیت ادویه های دوغ چیست؟

خاصیت مهم ادویه های دوغ این است که می توانند سردی دوغ را کاهش دهند و برای افرادی که طبع سردی دارند، بسیار مفید هستند.

آیا ادویه دوغ و ماست تفاوت دارند؟

میتوان گفت، ادویه های دوغ و ماست شامل گل محمدی، موسیر، کرفس کوهی، نعنا، پونه کوهی و سایر ادویه ها می شوند، اما طعم و اثرات آنها بر ماست و دوغ ممکن است متفاوت باشد.

چه مقدار ادویه ی دوغ باید در دوغ استفاده شود؟

مقدار استفاده از ادویه دوغ بستگی به مقدار دوغی که قصد تهیه آن را دارید دارد. به طور کلی، برای یک لیوان دوغ، نصف قاشق مرباخوری از ادویه دوغ کفایت می کند.

منبع: نمناک