

طرز تهیه چاشته ماست خیار مجلسی با طعم عالی

ماست خیار خوشمزه و رستورانی که در این بخش آموزش خواهیم داد، پیش غذایی سالم و مقوی است که برای تنوع حتما باید امتحانش کرد.

به گزارش سایت خبری پرسون، ماست خیار یک پیش غذای قدیمی ایرانی بوده که همچنان سر سفره ایرانی جایگاه خودش را حفظ کرده است. پیش غذای سالم و خوش خوراکی که به سرعت و در ۱۵ دقیقه آماده می شود. با این مقدار مواد برای ۴ نفر می توانید چاشته ماست و خیار درست کنید.

چاشت ماست و خیار با کمترین هزینه و زمان تهیه می شود و می تواند به عنوان یک غذای سالم و مفید برای تمامی افراد از هر سن و سلیقه ای باشد. در این بخش از آموزش آشپزی نمناک، رسی ساده و مقوی چاشت ماست خیار را با هم دنبال میکنیم.

مواد لازم چاشته ماست خیار
۲۰۰ گرم ماست چکیده یا خامه ای
۱ عدد خیار
۴ ساقه پیازچه
۱ حبه سیر
۲ قاشق سوپ خوری نعناع تازه خرد شده
نمک و فلفل به میزان لازم
برگ های نعناع تازه برای تزیین

طرز تهیه چاشته ماست خیار
خیار را به صورت خیلی ریز خرد کنید و در یک کاسه بزرگ بریزید.
پیازچه ها را نیز به صورت خیلی ریز خرد کنید و به کاسه ای حاوی خیار اضافه کنید.
سیر را رنده کرده و به مخلوط پیازچه و خیار اضافه کنید.
نعناع تازه را نیز خرد کنید و به مواد اضافه کنید.
ماست چکیده یا خامه ای را به مواد اضافه کنید و همه چیز را به خوبی مخلوط کنید تا تمامی مواد به خورد هم برود.
نمک و فلفل اضافه کرده و دوباره همه چیز را مخلوط کنید.
چاشت ماست خیار آماده است. می توانید از برگ های نعناع تازه برای تزیین استفاده کنید.

نکات تکمیلی در مورد ماست خیار
زمان آماده سازی مواد اولیه و مایحتاج آن حدودا ۱۵ دقیقه
ماست خیار را می توانید در وعده پیش غذا - سرو کنید .
توجه نمایید مقدار مواد اولیه و دستور تهیه برای ۴ نفر مناسب میباشد .