

# طرز تهیه شربت آلو شابلون (آلو قرمز)

شربت آلو شابلون یا آلو قرمز یکی از شربت های بسیار خوشرنگ و تابستانی می باشد که می توانید به سادگی این شربت را در خانه تهیه کنید و از تفاله های باقی مانده آلو یک لواشک خوشمزه تهیه کنید.

در تابستان که هوا بشدن گرم می شود نوشیدنی های خنک مانند شربت ها بسیار محبوب و پر طرفدار می شوند. شربت ها از مخلوط میوه های مختلف با آب و شکر هستند که طعم عالی دارند. شما می توانید با هر میوه ی که دوست دارید این شربت ها را تهیه کنید. شربت آلو شابلون یکی از شربت های تابستانی با رنگ فوق العاده قرمز می باشد که می توانید به دلخواه برای پر رنگ شدن آن کمی رنگ خوراکی قرمز استفاده کنید.

آلوش شابلون دارای فیبر بالا می باشد که به کنترل قند و خون و کسانی که دیابت دارند کمک می کند و همچنین منبع خوبی از پتاسیم می باشد.

## مواد لازم

آلو	۲ کیلوگرم
آب	۱ پیمانه
شکر	۳ پیمانه

## طرز تهیه شربت آلو شابلون

### 1مرحله اول: آماده سازی

ابتد باید آلو ها را با بشورید. داخل یک لگن آب بریزید و آلو ها را اضافه کنید و با دست خوب آن ها را بشورید تا تمیز شوند. دم آلو را بگیرید. شما می توانید این شربت را هسته گیری کنید و بعد آن را تهیه کنید و یا می توانید با هسته به راحتی آن را تهیه کنید.

## 2مرحله دوم: پخت آلو

در ادامه آلو های خشک شده را داخل قابلمه ریخته و آب را اضافه کنید و روی شعله متوسط قرار دهید و بگذارید تا آلو ها خوب پخته و نرم شود. برای تست پخت آلو باید یکی از آلو ها را بردارید و زمانی که با چنگال فشار می دهید کاملا له و گوشت و مغز جدا شود.

## 3مرحله سوم: صاف کردن

در ادامه یک صافی را روی قابلمه قرار دهید و آلو های پخته شده را اضافه کنید و با دست یا گوشتکوب خوب فشار دهید تا فقط هسته و تفاله داخل صافی باقی بماند و آب آلو کاملا خارج شود. تفاله ها را می توانید کمی تفت دهید تا آب اضافی آن بخار شود و بعد کمی نمک لواشک تهیه کنید.

## 4مرحله چهارم: تهیه شربت آلو شابلون

شکر را به آب آلو شابلون اضافه کنید. شربت را روی حرارت متوسط قرار دهید و بگذارید تا بجوش بیاید و غلیظ شود. در حین پختن کف روی شربت را بگیرید تا شربت شفافی در انتها داشته باشید. بعد از اینکه شربت غلیظ شد از روی حرارت بردارید و داخل شیشه تمیز ریخته و در یخچال نگهداری کنید. نوش جان