

طرز تهیه فال گردو خوشمزه و ساده در خانه

1 شهریور 1404

طرز تهیه فال گردو با گردوی تازه، گلاب و ادویه‌های معطر؛ آموزش مرحله به مرحله یک دسر سنتی، سالم و خوش طعم برای پذیرایی در دورهمی و مهمانی.

طرز تهیه فال گردو با استفاده از مواد ساده و طبیعی، به شما این امکان را می‌دهد تا در خانه یک دسر سالم، مغذی و خوشمزه داشته باشید. اگر به دنبال یک خوراکی متفاوت با طعم اصیل ایرانی هستید، تهیه فال گردو می‌تواند انتخابی دلچسب باشد. طرز تهیه فال گردو و مواد لازم برای آن

یکی از ویژگی‌های فال گردو، در دسترس بودن مواد اولیه آن است. بیشتر این مواد در آشپزخانه‌های ایرانی یافت می‌شوند و در عین سادگی، نتیجه‌ای خوش طعم به همراه دارند.

مواد لازم برای تهیه فال گردو شامل گردوی آسیاب شده، آرد برنج، شکر یا پودر قند، دارچین، گلاب، هل و مغز پسته یا خلال بادام برای تزئین است.

گردوی آسیاب شده پایه اصلی دسر محسوب می‌شود و نقش مهمی در طعم و بافت آن دارد. آرد برنج به لطافت فال کمک می‌کند و شکر یا پودر قند، شیرینی مورد نیاز را فراهم می‌سازد.

دارچین و هل با عطر دل‌انگیز خود، رایحه‌ای گرم و سنتی به دسر می‌بخشند. در پایان، گلاب به عنوان یک عطردهنده طبیعی ترکیب را کامل می‌کند. برای تزئین نیز می‌توان از مغز پسته خرد شده یا خلال بادام استفاده کرد.

در صورت نیاز، می‌توانید به جای شکر از شیره انگور یا عسل نیز استفاده کنید تا فال گردو طعمی خاص‌تر و سالم‌تر پیدا کند.

طرز تهیه فال گردو به صورت مرحله به مرحله

طرز تهیه فال گردو برخلاف تصور، بسیار ساده و سریع انجام می‌شود. با رعایت این مراحل می‌توانید به راحتی در خانه آن را تهیه کنید.

آماده‌سازی مواد: گردو را با آسیاب یا غذاساز کاملاً پودر کنید. در صورت استفاده از مغز گردوی تازه، بهتر است پوست نازک روی آن گرفته شود تا فال، رنگی روشن‌تر و طعمی ملایم‌تر داشته باشد.

مخلوط کردن مواد خشک: در یک کاسه بزرگ، آرد برنج، گردوی آسیاب شده، شکر، دارچین و هل را با هم مخلوط کنید.

افزودن گلاب: گلاب را به آرامی به مخلوط اضافه کنید و با قاشق چوبی یا دست ورز دهید تا خمیری

منسجم و لطیف به دست آید. میزان گلاب را کم اضافه کنید تا از شل شدن بیش از حد خمیر جلوگیری شود.

شکل‌دهی فال: از خمیر آماده، گلوله‌های کوچکی به اندازه گردو بردارید و آن‌ها را در دست فرم دهید. می‌توانید از قالب‌های کوچک نیز استفاده کنید.

تزئین و سرو: فال‌ها را در ظرف مورد نظر بچینید و روی آن‌ها را با مغز پسته خردشده یا خلال بادام تزئین کنید. بهتر است فال گردو چند ساعت در یخچال استراحت کند تا طعم‌ها بهتر با هم ترکیب شوند.