

# طرز تهیه فرنی با نشاسته ؛ مقوی برای افطار روزه داران

بسیاری از افراد **فرنی** را به عنوان غذایی مخصوص کودکان می‌شناسند، اما این دسر خوشمزه که بسیار مقوی است برای تمامی سنین مناسب است. فرنی با نشاسته را می‌توانید در ماه مبارک رمضان یا فصل تابستان تهیه کنید و یک دسر خنک و پرانرژی سر سفره **افطار** یا میز عصرانه خود یا حتی برای تغذیه کودکان خود داشته باشید.

## مواد لازم برای تهیه فرنی با نشاسته

- شیر کم چرب کاله دو پیمانه
- شکر سفید معمولی دو قاشق غذاخوری
- نشاسته دو قاشق غذاخوری
- گلاب یک قاشق غذاخوری
- وانیل نصف قاشق چای‌خوری

**طرز تهیه فرنی با نشاسته ؛ یک دسر ساده و خوشمزه**

### مرحله اول

برای شروع، ابتدا دو پیمانه شیر سرد را داخل قابلمه بریزید و دو قاشق غذاخوری نشاسته به آن اضافه کنید و هم بزنید تا شیر و نشاسته کاملاً با هم مخلوط شوند.

### مرحله دوم

سپس قابلمه حاوی شیر و نشاسته را روی حرارت ملایم گاز قرار دهید و تمام مدت مواد داخل قابلمه که روی حرارت ملایم گاز قرار دارد را با یک قاشق چوبی به آرامی هم بزنید. اگر می‌خواهید مقدار فرنی شما بیشتر باشد باید توجه کنید که به ازای هر یک پیمانه شیر باید یک قاشق نشاسته اضافه می‌شود.

دکتر کبری درویش پیشه

مرکز مشاوره

# حال خوب

ازدواج ، طلاق ، خانواده ، تحصیلی

قزوین ، خیابان شهید بابایی، مقابل دادگستری قزوین

۰۹۱۰۲۹۰۴۷۵۸

باتعیین وقت قبلی

۰۲۸۳۳۶۷۲۷۵۰

## مرحله سوم

هم زدن را ادامه دهید تا فرنی شما به غلظت دلخواهتان برسد. سپس در این مرحله شکر را همراه با [وانیل](#) و گلاب به فرنی اضافه کنید و کمی هم بزنید. مواد را از روی حرارت بردارید و داخل ظرفهای مناسب سرو کنید. فرنی با نشاسته شما آماده است، می‌توانید روی آنها را با دارچین یا خلال پسته و بادام تزئین کنید و در صورت تمایل آنها را داخل یخچال قرار دهید تا خنک شوند. نوش جان!

## نکات تهیه فرنی با نشاسته

- توجه داشته باشید که در طرز تهیه فرنی با نشاسته ابتدا باید نشاسته را داخل شیر سرد خوب حل کنید و سپس مخلوط شیر و نشاسته را روی حرارت گاز قرار دهید.
- در هنگام طبخ فرنی مخلوط شیر و نشاسته را مدام باید هم بزنید تا گلوله نشود و قوام پیدا کند.
- اگر می‌خواهید فرنی شما خوشمزه‌تر شود می‌توانید یک یا دو قاشق غذاخوری به آن خامه اضافه کنید.
- فراموش نکنید که فرنی را روی حرارت ملایم گاز تهیه کنید تا ته نگیرد.