

آموزش روش های گرفتن تلخی بادمجان

25 مرداد 1403

تلخی بادمجان امری مشهود و اثبات شده به دلیل وجود ترکیب شیمیایی آلکالوئیدها است. اما آیا می توان این تلخی را قبل و بعد از پخت بادمجان گرفت؟ و چگونه؟

علت تلخ بودن بادمجان

ترکیب های شیمیایی ای به نام «آلکالوئیدها» در برخی از بادمجان ها وجود دارند که باعث تلخی بادمجان می شوند.

آموزش روش های گرفتن تلخی بادمجان

برای از بین بردن تلخی بادمجان روش های فراوانی وجود دارد که عبارتند از:

اضافه کردن نمک

مسبب اصلی تلخی بادمجان آلکالوئیدها هستند، افزودن نمک به بادمجان ها باعث افزایش فشار اسمزی در خارج سلول های بادمجان و خارج شدن آلکالوئیدها یا در اصطلاح زهرابه می شود.

قبل از تهیه غذا با بادمجان بعد از پوست گرفتن آنها، بادمجان ها را داخل آب نمک بیاندازید و مدتی صبر نمایید و سپس از آن استفاده کنید.

شما می توانید بادمجان ها را پس از پوست کندن از وسط به دو نیم کنید و به بادمجان ها نمک بزنید و بادمجان ها را در سینی قرار داده و سینی را در آفتاب قرار دهید، پس از نمک زدن مقداری آب از بادمجان خارج می شود. پس از یکی دو ساعت آنها را بشورید و خشک کنید. حال بادمجان ها را سرخ کنید و مطمئن باشید دیگر تلخ نیستند.

برای گرفتن تلخی بادمجان با نمک می توانید بادمجان ها را پوست کنده و به صورت درسته یا برش داده شده کاملاً به نمک آغشته کنید و مدت نیم ساعت در جایی قرار دهید تا آب آنها خارج شود. سپس بادمجان ها را خشک کرده و استفاده نمایید.

قرار دادن در فریزر

برای اینکه تلخی بادمجان از بین برود، بادمجان ها را پوست بگیرد و چند ساعت در داخل فریزر بگذارید تا یخ بزنند. بعد از یخ زدن بادمجان ها را در جایی قرار دهید تا یخ بادمجان ها باز شود، سپس بادمجان ها را فشار دهید تا آب اضافی آنها خارج شود و تلخی بادمجان از بین برود.

استفاده از آبلیمو

یکی از روش های از بین بردن تلخی بادمجان افزودن آبلیمو به آنهاست. برای این کار ابتدا بادمجان ها را پوست بگیریید و درسته یا برش داده شده درون یک کاسه آب بزرگ بریزید. سپس دو الی سه قاشق آبلیمو به آنها اضافه کنید و 10 دقیقه الی یک ربع اجازه دهید در آب و آبلیمو بمانند. سپس بادمجان ها را از آب بیرون آورده و فشار دهید تا آب اضافی خارج شده و سپس از بادمجان استفاده نمایید.

خارج کردن تخم بادمجان

اغلب بادمجان های دارای تخم زیاد، تلختر هستند. برای از بین بردن تلخی بادمجان ها ، تخم ها را از گوشت جدا کرده و سپس از بادمجان بدون تخم در غذا استفاده کنید.

گرفتن تلخی بادمجان پس از پخت و سرخ کردن

اگر متوجه تلخی بادمجان ها پس از تهیه غذا شده اید، می توانید:

در حین پخت غذا چاشنی هایی مثل آبغوره را به غذا افزوده و اثر تلخی آن را کم کنید.
در حین پخت غذا می توانید، درون آن یک هویج یا سیب زمینی بریزید و اجازه دهید به طور کامل بپزد، سپس آنرا از قابلمه خارج کرده و دور بیندازید.
برخی مواقع و در پخت برخی غذا ها مانند خورش بادمجان، می توانید مقداری زعفران دم کنید، سپس با مقداری شکر ترکیب کنید و به غذا اضافه کنید.
اگر بادمجان بیش از حد تلخ است، بهتر است آنها را دور بریزید زیرا در طب سنتی بادمجان تلخ می تواند به کبد و صفرا صدمه وارد کند.