

# زولبیا ، شیرینی محبوب سفره افطار

زولبیا یکی از شیرینی‌های مناسبی خوشمزه و پر طرفدار ایرانی است که در مناسبت‌های خاصی مثل **ماه مبارک رمضان** تهیه می‌شود و معمولاً سر سفره افطار و سحر در کنار بامیه و گوشفیل قرار می‌گیرد.

## مواد لازم برای تهیه زولبیا در منزل

- آرد سفید: نصف لیوان
- نشاسته گل: نصف لیوان
- ماست: ۲ قاشق غذاخوری
- روغن مایع: یک قاشق غذاخوری
- آب ولرم: نصف لیوان
- زعفران دم کرده غلیظ: یک قاشق چای‌خوری
- پودر خمیرمایه: یک قاشق چای‌خوری
- شکر: یک قاشق غذاخوری
- گلاب: ۲ قاشق غذاخوری

## مواد لازم برای تهیه شربت

- شکر: دو لیوان دسته دار
- آب: یک لیوان دسته دار
- آب‌لیمو: یک قاشق غذاخوری
- گلاب: یک قاشق غذاخوری
- گلوکز: دو قاشق غذاخوری سر پر
- زعفران دم کرده: دو قاشق غذاخوری
- روغن برای سرخ کردن: به میزان لازم

## نکات مربوط به مواد اولیه

### نکات مربوط به پودر خمیر مایه

خمیر مایه یکی از انواع مخمر است که در پخت نان، پیراشکی و پیتزا از آن استفاده می‌شود. استفاده از پودر خمیر مایه در خمیر باعث تولید گاز کربنیک و مواد آلی می‌شود و در نتیجه افزایش حجم خمیر و عطر و طعم خوب آن را به همراه خواهد داشت و نان و شیرینی را پوک و توخالی می‌کند.

پودر خمیر مایه را می‌توانید در منزل و در محیطی که زیاد گرم نباشد، نگهداری کنید. پس از باز کردن بسته خمیرمایه حتماً آن را در فریزر نگه دارید. خمیر مایه بعد از چند ماه کیفیت اولیه خود را از دست می‌دهد؛ بنابراین بهتر است آن را به اندازه‌ای که مصرف دارید، خریداری کنید.

### نکات مربوط به نشاسته

نشاسته حاوی فیبر، گندم، کلسیم و ویتامین B است که در عین حال بسیار کم کالری است. نشاسته در بدن به قند تبدیل می‌شود و به همین دلیل برای تأمین انرژی مناسب است. نشاسته برای تنظیم قند خون، تقویت معده، بهبود سرفه و گرفتگی صدا بسیار موثر است. منبع اصلی نشاسته گندم، ذرت و سیب زمینی است.



در تهیه نشاسته گل ابتدا دانه گندم را در آب خیس می‌کنند تا دانه‌ها حجیم شوند. بعد برای شکستن پوسته بیرونی آن‌ها را آبکشی می‌کنند تا جوانه به دست بیاید و در یک روند جداسازی نشاسته گل را از جوانه آن جدا می‌کنند. نشاسته گل به صورت پودر، شربت و حجیم در بازار موجود است که برای تهیه زولبیا نوع حجیم آن کاربرد دارد.

### نکات مربوط به گلوکز

گلوکز مایعی است که در نتیجه هیدرولیز نشاسته با اسید یا آنزیم به دست می‌آید. این مایع چسبنده، روشن و بی‌بو است و ظاهری شبیه به عسل دارد.

گلوکز در دو رنگ سفید و زرد شفاف در لوازم قنادی‌ها موجود است. از گلوکز مایع در تهیه انواع کیک، گز، سوهان، شیرینی و شکلات استفاده می‌شود. مدت زمان نگهداری گلوکز در منزل شش ماه است و نیازی به نگهداری آن در یخچال نیست.

### طرز تهیه مرحله به مرحله زولبیا

#### مرحله اول:

ابتدا شکر را داخل آب ولرم بریزید و با قاشق هم بزنید تا شکر حل شود، سپس پودر خمیرمایه را به آن اضافه کنید و چند ثانیه هم بزنید. یک بشقاب روی ظرف بگذارید و پنج دقیقه صبر کنید تا مایه خمیر به عمل بیاید.

### مرحله دوم:

در مرحله بعد داخل یک کاسه نشاسته را همراه با ماست مخلوط کنید و خوب هم بزنید تا نشاسته کاملا در ماست حل شود و حالت خمیری پیدا کند. بعد گلاب را به آن اضافه کنید و با قاشق هم بزنید تا مخلوط ماست و نشاسته و گلاب کاملا یکدست شود.

### مرحله سوم:

۳ - در مرحله بعدی زعفران را همراه با روغن مایع و خمیرمایه به عمل آمده به مخلوط بالا اضافه کنید و باز هم بزنید. سپس آرد را اضافه کنید و با مواد مخلوط کنید. بعد از اینکه آرد کاملا مخلوط شد، روی کاسه را با سلفون یا پارچه بپوشانید و حدود ۴۵ دقیقه زمان بدهید تا خمیر به دست آمده حجیم و دو برابر شود.



### مرحله چهارم:

بعد از اینکه خمیر دو برابر شد و استراحت کرد، آن را داخل قیف بریزید. توجه داشته باشید که سر قیف نباید بیش از اندازه سوراخ باشد که خمیر یکدفعه داخل روغن نریزد. حالا یک ماهی تابه گود را روی اجاق گاز بگذارید و شعله را زیاد کنید تا روغن داغ شود؛ سپس خمیر زولبیا را با قیف به صورت دایره‌ای و به شکل زولبیا‌های آماده داخل روغن داغ بریزید و صبر کنید تا سرخ شود.

## مرحله پنجم:

زولبیای آماده را از روغن خارج کنید و فوراً داخل شربت داغ بیندازید. چند ثانیه صبر کنید؛ سپس زولبیا را از شربت خارج کنید و داخل صافی بگذارید تا روغن اضافی آن خارج شود. زولبیای خوشمزه شما آماده سرو است.

## طرز تهیه شربت

دو لیوان شکر را با یک لیوان آب مخلوط کنید و بگذارید روی شعله اجاق گاز تا با شعله کم جوش بیاید. شربت باید حدود بیست دقیقه جوش ریز بخورد. در این مدت اصلاً شربت را هم نزنید. بعد یک قاشق غذاخوری آبلیمو و یک قاشق غذاخوری گلاب و دو قاشق سرپر گلوکز را به شربت اضافه کنید و اصلاً هم نزنید.

بگذارید شربت با شعله کم پانزده دقیقه دیگر بجوشد. هر از گاهی با یک فرچه خیس دور قابلمه و لبه شربت را تمیز کنید. در آخر وانیل و زعفران را اضافه کنید. زمان آماده‌سازی این شربت بین ۳۵ تا ۴۰ دقیقه است و جوشاندن آن نباید بیشتر از این زمان طول بکشد.

## نکات مهم برای تهیه زولبیا در منزل

▪ روغن زولبیا برخلاف روغن بامیه که سرد است، باید داغ باشد، بنابراین قبل از اینکه زولبیا را داخل روغن بریزید، حتماً صبر کنید روغن داغ شود. همچنین داغی روغن نباید به اندازه‌ای باشد که زولبیا فوراً بسوزد، بنابراین حرارت اجاق گاز را تنظیم کنید.



- برای تهیه زولبیا باید شربت حتما داغ باشد.
- هنگام درست کردن شربت حتما حرارت اجاق گاز ملایم باشد تا شربت شکرک نزند.
- هنگام درست کردن شربت هرگز آب و شکر را هم نزنید و اجازه بدهید تا شکر به خودی خود داخل آب حل شود.