

طرز تهیه پودر لبو

5 دی 1403

ابتدا لبو را پوست بگیرید. آن را بشویید و بصورت ورقه‌های نازک در بیاورید. لبو را در ماکروفر یا روی شوفاژ و بخاری خشک کنید. زمانی که خشک شد آن را با آسیاب پودر و در شیشه مناسب نگهداری کنید. این پودر را می‌توانید به عنوان رنگ غذا استفاده یا مانند زعفران دم کنید. همچنین در روغن تفت بدهید و روی پلو بریزید.

فوت و فن شناسایی لبوی قرمز برای آب پز

چغندرهایی برای استفاده خوب هستند که سفت باشند. چغندرهایی که بزرگ باشند داخل آن‌ها پوک و خالی‌ست. دو نوع چغندر در بازار موجود است: سفید و قرمز.

بعضی از لبوهای موجود در بازار هم رنگی نزدیک به بنفش تیره دارند. سعی کنید برای خرید لبوها، حتماً آن را با ناخن را تست کنید. اگر ناخنتان به رنگ قرمز تیره درآمد، لبو برای پخت مناسب است. این نوع لبو هم شیرین است و هم هنگام پخت قرمز قرمز خواهد شد.