

# تهیه مربای پرتقال

اصولا مرباها پای ثابت وعده‌های صبحانه ما هستند و وجود آنها روی میز صبحانه، رنگ و جلایی خوشایند را به وجود می‌آورند. مصرف مرباهای مختلفی که باب میل ما هستند، نه تنها اشتهای ما را برای خوردن بیشتر در این وعده مهم و ضروری زیاد می‌کنند، بلکه باعث می‌شوند از صبحانه خوردن نیز لذت ببریم و انرژی لازم را برای ادامه روز داشته باشیم.

فارغ از انواع و اقسام مرباهای خوشرنگ و لعابی مانند مربا توت‌فرنگی، هویج، آلبالو و انجیر که بسیار معروف و روتین هستند، امروز تصمیم داریم درباره طرز تهیه مربای پرتقال صحبت کنیم. این مربا یکی از خوشمزه‌ترین و خاص‌ترین مرباهاست که با یکبار خوردنش، مزه ترشوشیرین آن محال است از خاطر شما برود.

## مواد لازم برای درست کردن مربای پرتقال

جدول مواد اولیه برای تهیه مربای خوشمزه پرتقال به قرار زیر است:

| مواد لازم  | مقدار مورد نیاز |
|------------|-----------------|
| پرتقال     | ۷ عدد           |
| شکر        | ۱.۵ کیلوگرم     |
| لیموترش    | یک عدد          |
| چوب دارچین | یک عدد          |
| آب         | ۵ پیمانه        |

## طرز تهیه مربای پرتقال به صورت گام به گام

▪ **مرحله اول:** در ابتدای کار بایستی پرتقالها را به خوبی شسته تا هیچ لکه‌ای روی آنها باقی نماند. سپس پرتقالها را با دستمال حوله‌ای خشک کرده و در ادامه، با چاقو آنها را قاچ کنید. نیازی به خرد کردن کامل پرتقالها نیست همین که بتوانید در این مرحله پوست پرتقالها را جدا کنید کفایت می‌کند.

▪ **مرحله دوم:** اکنون پوست پرتقالها را به صورت نواری و منظم برش زده و درون ظرفی قرار دهید. در ادامه، روی پوستهای

پرتقال، به اندازه‌ای آب سرد بریزید که تا روی آن‌ها قرار گیرد. حال باید ظرف را به یخچال منتقل کنید تا برای مدت ۱۸ تا ۲۰ ساعت خیس بخورد. یادتان باشد در این مدت چندین بار آب آن را عوض کنید.

▪ **مرحله‌ی سوم:** پس از مشخص کردن تکلیف پوست پرتقال‌ها اکنون به سراغ گوشت پرتقال بروید. بدین صورت که تمام بخش‌های سفیدرنگ روی بافت گوشتی پرتقال را بگیرید. دقت داشته باشید که وجود این قسمت‌ها باعث تلخ‌مزه شدن مزه نهایی مربا خواهد شد؛ بنابراین حتماً آن‌ها را با دقت جدا کنید.

▪ **مرحله‌ی چهارم:** اکنون گوشت پرتقال‌ها را قدری خرد کرده و درون قابلمه‌ای بریزید. در ادامه قابلمه را روی حرارت قرار داده و تقریباً نصف بیشتر حجم شکر را روی پرتقال‌ها اضافه کنید. یادتان باشد که حرارت را پیوسته ملایم تنظیم کنید.

▪ **مرحله‌ی پنجم:** وقتی بافت مخلوط پرتقال و شکر قدری منسجم شده و به غلظت افتاد، آن را از روی حرارت بردارید. پس از سپری شدن مدت‌زمانی حدود ۱۰ تا ۱۵ دقیقه که مواد مربا از حرارت افتاد، با استفاده از گوشت‌کوب برقی یا بلندر، آن را له کرده و به شکل پوره درآورید.

▪ **مرحله‌ی ششم:** پوره به دست‌آمده را برای مدتی درون یخچال بگذارید تا خنک شده و استراحت کند. اکنون وقت آن است که پوست پرتقال را برای بار آخر آب‌کشیده و درون قابلمه‌ای دیگر بجوشانید. دقت داشته باشید در این مدت نیز باید هر ۳ تا ۵ دقیقه یکبار برای دو تا سه بار آب آن را عوض کرده و دوباره برای جوشیدن روی شعله قرار دهید. در بار آخر یادتان باشد که چوب دارچین را درون قابلمه بیندازید.

# اشارات رویایی آبی

آماده چاپ کتاب در تیراژ محدود

۰۹۱۲۷۸۱۴۸۳۸

- **مرحله هفتم:** بعد از چند دقیقه جوشیدن، چوب دارچین را خارج کرده و مابقی را تا نرم شدن کامل بافت پوست پرتقال‌ها روی حرارت بگذارید. پس از این مدت، پوست پرتقال‌ها را نیز درون بلندر انداخته تا ریزتر و یکدست شوند.
- **مرحله هشتم:** اکنون باید مقداری آب و باقیمانده شکر را روی پوست پرتقال ریخته و دوباره برای جوش خوردن روی حرارت ملایم قرار دهید. وقتی بافت این مواد نیز به غلظت و قوام مطلوبی رسید، مربای نیمه آماده‌شده از گوشت پرتقال را نیز به قابلمه اضافه کرده تا با هم ترکیب شوند.
- **مرحله نهم:** تقریباً کار تمام است! فقط کافی است پس از مدت‌زمان لازم که مایه مربا به غلظت موردنظر و ایده‌آل رسید، آبلیمو ترش‌ها را گرفته و بادقت و بدون هسته، آن را به قابلمه اضافه کنید. دقت داشته باشید که اکنون فقط چند دقیقه جوش خوردن همه مواد با هم کافی بوده و نباید بگذارید

غلطت مربا بیش از اندازه شود؛ بنابراین مربا را از روی حرارت برداشته و بعد از سرد شدن، آن را به ظرفهای دربدار و شیشه‌ای و البته کاملاً خشک و تمیز منتقل کنید.