

طرز تهیه نان کوهی مغز دار و خوشمزه آمل

ان کوهی آمل، یکی از [شیرینی های سنتی](#) کشور عزیزمان ایران است که بسیار خوشمزه می باشد. در ادامه مطلب به طرز تهیه این شیرینی سنتی می پردازیم.

مقدار مواد اولیه و دستور تهیه برای ۴ نفر مناسب است. / زمان تقریبی آماده سازی: ۳ ساعت

مواد لازم برای تهیه نان کوهی آمل

مواد خمیر (آرد ۲ پیمانه / تخم مرغ ۱ عدد درشت / مایه خمیر ۱ قاشق غذاخوری سر صاف/شکر ۱ قاشق غذاخوری سر صاف/ ماست یا شیر ولرم نصف پیمانه/ روغن مایع یا کره ذوب شده کمتر از نصف پیمانه/ آب گرم نصف پیمانه/ نمک نصف قاشق چایخوری)

مواد میانی و رومال نان کوهی؛ (رازیانه ۱ قاشق غذاخوری/ هل ۱ قاشق چایخوری/ گردو ۵ عدد/ کنجد ۲ قاشق غذاخوری/ شکر ۳ قاشق غذاخوری/ زرده تخم مرغ برای رومال/)

طرز پخت نان کوهی آمل

مایه خمیر و شکر را در نیم پیمانه آب گرم بریزید و بگذارید کنار تا عمل بیاید. / بعد با سایر مواد مخلوط کنید و ورز بدهید. / بسته به میزان گیرایی آردتون شاید نیاز به آرد بیشتری باشد. دقت کنید تا جایی آرد اضافه شود که خمیری نرم و لطیفی بدست بیاید و سفت نشود.

کمی چسبنده هست، ولی مشکلی ندارد. خمیر را بیچین و در جای گرمی برای حدود ۲ ساعت استراحت بدهید.

همه مواد میانی نان کوهی بجز شکر رو در آسیاب بریزین و خرد کنید ولی کاملاً پودر نشود.

نکته: رازیانه زیاد نریزید، چون تلخ می شود.

خمیر رو کمی ورز بدهید و به اندازه بزرگتر از توپ پینگ پونگ جدا

کرده و کمی باز کنید و از مواد داخلش قرار بدهید و دوباره خوب ببندید.

خمیرها را در سینی چرب شده بچینید و با زرده رومال کنید و کمی کنگدوی نانها بپاشید. و در فر از پیش گرم شده با دمای ۱۸۰ درجه برای حدود یک ربع تا بیست دقیقه قرار بدهید

نان کوهی برای صبحانه و عصرانه و حتی میان وعده مدرسه بچه‌ها خیلی عالیه.