

ساده‌ترین و کم‌هزینه‌ترین روش‌ها برای درست‌کردن سالاد ماکارونی بدون کالباس

استفاده از انواع کالباس در درست‌کردن سالاد ماکارونی، مانند قانونی نانوشته در بین افراد جا افتاده و سبب شده است تا بسیاری از کسانی که به این سالاد علاقه دارند، به دلایلی مانند مضر بودن کالباس، قید تهیه و نوش‌جان‌کردن این پیش‌غذای خوشمزه را بزنند؛ اما درست کردن سالاد ماکارونی بدون کالباس نیز ممکن است و می‌توانید مواد دیگری را جایگزین کالباس کنید. به عنوان مثال سالاد ماکارونی با تن ماهی یکی از این دستورهای محبوب است. اما ما امروز قصد داریم به شما یاد بدهیم که چطور می‌توانید بدون کالباس و ژامبون نیز یک سالاد ماکارونی بسیار لذیذ را در مدت زمانی کوتاه آماده کنید. با ما همراه باشید تا با ساده‌ترین روش‌های درست‌کردن سالاد ماکارونی بدون کالباس و ترفندهای سالاد ماکارونی آشنا شوید و یک گزینه‌ی بسیار سریع و خوشمزه را به منوی غذایی خود اضافه کنید.

بهترین روش برای درست‌کردن سالاد ماکارونی بدون کالباس با قارچ و مرغ

مرغ، بهترین گزینه‌ای است که به‌عنوان جایگزین کالباس می‌توانید در سالاد ماکارونی از آن استفاده کنید. برای تهیه این نوع سالاد ماکارونی، به مواد زیر نیاز دارید:

۱ پیمانه	ماکارونی طرح‌دار
۲ عدد	سینه‌ی مرغ پخته شده
۲۰۰ گرم	قارچ
۲ عدد	هویج
۱۰۰ گرم	نخودفرنگی
۱ عدد	خیارشور
۲ قاشق غذاخوری	فلفل‌دلمه‌ای خرد شده
۲ قاشق غذاخوری	جعفری خرد شده



برای درست کردن سالاد ماکارنی با مرغ و قارچ، ابتدا مقداری آب در یک قابلمه بریزید و روی شعله قرار دهید تا بجوشد. وقتی آب به دمای جوش رسید، مقداری نمک و روغن گیاهی خوراکی به آن اضافه کنید و سپس ماکارونی را داخل قابلمه بریزید و چند دقیقه صبر کنید تا کاملاً نرم شود. اما سوال این است که ماکارونی ما برای سالاد ماکارونی چند دقیقه باید بجوشد؟ پاستا ها باید کاملاً نرم شوند اما باید مراقب باشید که له نشوند. معمولاً حدود ۱۵ دقیقه پختن کافی است. بعد از پختن ماکارونی‌ها، آن‌ها را آبکش کنید و مقداری آب سرد روی آن‌ها بگیرید. سینه‌ی مرغ پخته شده را ریش‌ریش کنید و در داخل یک ظرف بریزید. هویج و نخود فرنگی را نیز به‌صورت جداگانه با ادویه‌جات مورد نظر خود بپزید و بعد از خرد کردن هویج‌ها، به مرغ اضافه کنید.

در مرحله‌ی بعد، قارچ‌ها را به‌صورت حلقه‌ای برش بزنید و در مقدار کمی روغن تفت دهید. توصیه می‌کنیم برای حفظ سلامت خود و پیشگیری از ابتلا به بیماری‌های مختلف، در هنگام خرید روغن، به سراغ محصولات گیاهی بروید و از تهیه‌ی محصولات ناسالم خودداری کنید. خیارشور را به‌صورت نگینی خرد کرده و به سایر مواد خود اضافه کنید و هم بزنید، البته بسیاری از افراد که می‌خواهند غذای سالم‌تری داشته باشند، سالاد ماکارونی بدون خیارشور درست می‌کنند. سپس ماکارونی آبکش شده و جعفری خرد شده را نیز به مواد قبلی اضافه کرده و با هم مخلوط کنید. سالاد را به مدت دو ساعت در یخچال قرار دهید تا خنک شود و سپس با سس مخصوص نوش جان کنید. لازم به ذکر است که می‌توانید سایر مواد مورد علاقه خود مانند ذرت، سیب‌زمینی و ... را به مواد لازم سالاد ماکارونی اضافه کنید. همچنین می‌توانید برای تزئین سالاد ماکارونی از فلفل دلمه‌ای‌های رنگی استفاده کنید.

سس مایونز	نصف پیمانه
سس خردل	۲ قاشق سوپ‌خوری
ماست یونانی	نصف پیمانه
سرکه سفید	۲ قاشق چای‌خوری
نمک و فلفل	به مقدار لازم
عسل	۲ قاشق چای‌خوری

سالاد ماکارونی ساده را می‌توان فقط با سس مایونز سرو کرد اما اگر می‌خواهید طعم منحصر به‌فردتری را تجربه کنید و به اصطلاح سالاد ماکارونی مجلسی درست کنید، این سس را امتحان کنید. برای تهیه‌ی این سس در طرز تهیه سالاد ماکارونی مخصوص، در مرحله‌ی اول باید سس خردل و مایونز را خوب با یکدیگر مخلوط کنید و سپس ماست یونانی را اضافه کرده و هم بزنید. وقتی این مواد با هم مخلوط شدند، سرکه، عسل، نمک و فلفل را نیز به مخلوط خود اضافه کنید و دوباره هم بزنید تا سس کاملاً یک‌دستی حاصل شود.

سالاد ماکارونی بدون کالباس بسیار خوشمزه با سیب‌زمینی و تخم‌مرغ

برای تهیه‌ی این سالاد لذیذ، ابتدا مواد زیر را آماده کنید، لازم به ذکر است که مقدار مواد گفته شده برای تهیه‌ی سالاد ماکارونی دونفره کافی است و در صورت تمایل می‌توانید آن‌ها را کم و زیاد کنید:

ماکارونی فرمی	۱ پیمانه
سیب‌زمینی متوسط	۲ عدد
تخم‌مرغ	۳ عدد
هویج متوسط	۳ عدد
خیارشور	۶ عدد
نخودفرنگی پخته	۱ پیمانه
شوید خشک	۱ قاشق چای‌خوری
سس مایونز	به مقدار لازم
کره	به مقدار لازم
آبلیمو	به مقدار لازم

شکر	به مقدار لازم
نمک و فلفل	به مقدار لازم

طرز تهیه:

در طرز تهیه سالاد ماکارونی بدون مرغ که غذایی عالی برای افراد گیاهخوار است، باید ابتدا در یک ظرف، سیبزمینی‌ها را با کمی کره و نمک آب‌پز کنید و در یک ظرف جداگانه نیز هویج‌ها را با مقداری شکر و آب بپزید. توجه داشته باشید که سیبزمینی و هویج را فقط تا جایی که نرم شوند بپزید و اجازه ندهید که له شوند. وقتی سیبزمینی و هویج پخت، آن‌ها به‌صورت نگینی خرد کنید و در یک ظرف بریزید. سپس خیارشور خرد شده، نخودفرنگی، شوید خشک شده و سفیده‌ی تخم‌مرغ آب‌پز نگینی شده را نیز اضافه کنید و با سس، آبلیمو و مقداری نمک و فلفل مخلوط کنید. طرز تهیه سالاد ماکارونی بدون ذرت و نخود فرنگی نیز به همین صورت است و می‌توانید این دو ماده را با مواد دلخواه خود جایگزین کنید.



ماکارونی‌های را در داخل آب‌جوش بپزید و بعد از آنکه کاملاً نرم شدند، آبکش کرده و با مقداری آب سرد بشوید. ماکارونی آبکش شده را به مواد قبلی خود اضافه کنید و هم بزنید. وقتی مواد شما کاملاً با هم مخلوط شدند، زرده تخم‌مرغ را رنده کرده و روی سالاد خود بریزید. برای تزئین این سالاد می‌توانید از زیتون، گوجه‌فرنگی و سبزیجات دلخواه خود استفاده کنید.

درست‌کردن سالاد ماکارونی بدون کالباس، کار بسیار ساده‌ای است و شما می‌توانید در کوتاه‌ترین زمان ممکن آن را انجام دهید. در این مطلب سعی کردیم به آموزش سالاد ماکارونی با مواد ساده و ارزان بپردازیم. اکنون که با دو روش جذاب و خوشمزه برای درست‌کردن این سالاد محبوب آشنا شده‌اید، دست‌به‌کار شوید و با آماده کردن مواد سالاد ماکارونی، خود را به صرف یک پیش‌غذا یا شام ساده و لذیذ دعوت کنید.