

آشپزی راحت با پرنی 🍳

👉 نوشته‌ی پرنییا 🌸 برای روزهایی که حوصله نداری ولی دلت غذای خوشمزه می‌خواد!

۱. پنینی مرغ و پنیر

یه نون تست بردار، روش کمی سس مایونز بمال، مرغ پخته و ریش‌ریش‌شده بذار، روش پنیر بریز، بعد یه نون دیگه روش بذار و بنداز تو تابه. دو طرفش که طلایی شد، برشش بده و با لبخند بخور 😊

۲. اسنک کالباس و سبزیجات

توی نون لواش یه کم کالباس، ذرت و فلفل دلمه‌ای بریز. یه قاشق پنیر پیتزا هم بریز روش، لوله‌ش کن و بندازش توی تابه تا برشته بشه. درست مثل یه پیتزای جیبی کوچولو!

۳. خوراک سیب‌زمینی و تن ماهی

یه سیب‌زمینی رو نگینی کن و سرخش کن، بعد یه قوطی تن ماهی گرم‌شده و کمی فلفل قرمز بهش اضافه کن. نون بگیر و بزن توش! راحت‌تر از این مگه داریم؟



۴. املت سبزیجات

یه گوجه، یه پیاز و چند تیکه فلفل دلمه‌ای خرد کن،
بنداز تو تابه، تخم‌مرغ بشکن روش، نمک و فلفل بزن،
تموم! رنگارنگ و خوش حال مثل خودت 🍀

۵. رول نون تست با پنیر و ژامبون

نون تست رو با وردنه صاف کن، روش ژامبون و پنیر
بذار، لوله کن و تو تابه‌ی کم‌روغن بچرخون تا طلایی
بشه. یه اسنک فوری و خوش‌قیافه 😍

۶. خوراک لوبیا ساده

لوبیا چیتی پخته، پیاز داغ، رب گوجه، نمک و ادویه.
بذار چند دقیقه بجوشه، بعد با نون تازه بخور. یه غذای
ساده ولی از اوناییه که بوش خونه رو پر می‌کنه ❤️

۷. تخم‌مرغ در نون

یه دایره وسط نون تست ببر، بذارش تو تابه، تخم‌مرغ
رو داخل سوراخش بشکن. یه صبحونه یا ناهار بانمک و
راحت که همیشه جواب میده.

۸. کتلت فوری

سیب‌زمینی پخته رو له کن، یه تخم‌مرغ، یه قاشق آرد و
ادویه بزن، قاطی کن، با قاشق بریز تو روغن داغ.

کتلتای ترد و طلایی برای وقتی که مهمون ناخونده

داری 🤔

۹. نون سیر خانگی

یه نون باگت یا تست، روش کره‌ی نرم و سیر رنده‌شده
بمال، بریز تو فر یا تابه، تا طلایی بشه. بوی سیرش؟ یه

عاشقانه‌ی واقعی 😊

۱۰. خوراک نخود و سبزیجات

نخود پخته، پیاز، گوجه و یه کم فلفل تند، همه رو بنداز
تو تابه و تفت بده. یه غذای سبک، سالم و خوش‌رنگ

مخصوص روزهای تنبلی 🌿

... حرف آخر پرنی: آشپزی سخت نیست، فقط باید با

حال خوب شروع