



یک پاستای خوشمزه

از وقتی که خانم معلم درباره خاصیت های سبزی اسفناج سر کلاس برای بچه ها صحبت کرده بود، پویا غذاهایی که در آن اسفناج داشت را با اشتها می خورد چون می دانست که کلی ویتامین و آهن دارد و برای بدن مفید است. او بعد از مدرسه از مادرش خواهرش کرد که پاستای اسفناج بپزد. مادر پویا هم با مهربانی گفت: پس بیا با هم پاستا بپزیم و به او گفت: بسته ماکارانی فرمی را از کابینت بیرون بیاورد و توی ظرفی خالی کند. خودش هم همان اول یک قابلمه پر از آب را گذاشت روی گاز تا جوش بیاید. بعد ماکارانی فرمی یا همان پاستاها را داخل آن ریخت تا بپزد. اسفناج ها را هم خرد کرد و با کمی سیر تفت داد. وقتی پاستاها پخت آن ها را آبکش کرد و کنار گذاشت. چند قاشق پنیر خامه ای داخل یک ظرف ریخت و مقداری نمک و فلفل و آب گرم به آن اضافه کرد تا سس درست کند. بعد اسفناج ها، پاستا و سس را با هم مخلوط کرد و داخل قابلمه ریخت تا دم بکشد. بوی پاستای خوشمزه اسفناج توی خانه پیچیده بود. پویا منتظر بود تا زودتر در کنار خانواده اش یک غذای خوشمزه بخورد.



چی لازم داریم؟

ماکارونی فرمی (پاستا): سه پیمانه

اسفناج: یک دسته

سیر: به میزان دل خواه

پنیر: خامه ای به میزان لازم

نمک و فلفل: به میزان لازم

