



## شیوه پخت نان گاتا

# نان خوشمزه یا شیرینی لذیذ؟

فائزه صدیقی  
نویسنده

داخل آن را با نوعی مغزی به نام خوریز پرمی کنند. خوریز معمولاً با آرد، کره و شکر آماده می شود و گاهی به آن مغزیجاتی مثل گردو هم اضافه می کنند. اما برای تهیه نوع دیگر گاتا که در ایران «نازک» نامیده می شود، خمیر را روی میز با وردنه های باریک باز کرده، روی آن کره مالیده، مغزی دلخواه را پاشیده، خمیر را رول می کنند و بعد برش می زنند و آن را می پزند. گاتا یا خود داستان هایی قدیمی نیز دارد. در برخی از روایات قدیمی آمده است که قبل از پخت گاتا در داخل خمیر آن یک سکه قرار می دادند و سکه به هر فردی می رسید او خوش بخت می شد. گاتا را نیز مانند نان یا شیرینی های دیگر می توان در خانه پخت و تهیه کرد، همه چیز بستگی به میزان مهارت، تجربه و علاقه مندی شما دارد. پس امروز با من همراه باشید تا در کنار هم طرز تهیه این نان گاتا خوشمزه و دلپذیر را آموزش ببینیم.

نان گاتا یکی از انواع نان های خوشمزه، مغزدار و پرطرفدار در سراسر جهان است که اصالتاً یک نان ارمنی است. در قدیم نان گاتا را بیشتر در ایام عید و حتی به عنوان دسر زمستانی درست می کردند، اما این نان آن چنان خوشمزه و خوش خوراک است که این روزها در هر زمانی پخته می شود، علاقه مندان خودش را دارد و وعده بسیار مناسبی برای صبحانه و عصرانه است. ضمن اینکه وجود کره یا مارگارین در این نان، آن را کاملاً ترد می کند و می توان آن را برای مدت طولانی نگه داشت. بهتر است بدانید بعضی افراد این نان را به خاطر طعم شیرین، حالت مغزدار و ماندگاری بالایش، یک مدل شیرینی به حساب می آورند. در هر صورت گاتا چه شیرینی باشد و چه نان؛ خوشمزه و شیرین است و میل کردن آن همراه با چای، شیر یا به تنهایی بسیار می چسبد. نان گاتا در هر شهر از ارمنستان به روش های مختلفی تهیه می شود، ولی دو مدل اصلی دارد. نوع اول خمیری شیرین متشکل از آرد، کره، شکر، تخم مرغ، ماست یا شیر دارد که به صورت گرد آماده می شود و

### مواد لازم میانی (همدمای محیط):

کره آب شده: ۱۰۰ گرم  
شکر سفید: ۸۰ گرم  
آرد: ۱۴۵ گرم  
وانیل: یک چهارم قاشق چای خوری

مواد میانی گردویی (همدمای محیط):  
گردو: ۱۳۰ گرم  
آرد: ۱۰۵ گرم  
شکر سفید: ۹۰ گرم  
کره آب شده: ۹۰ گرم  
وانیل: یک چهارم قاشق چای خوری

مواد لازم رومال (همدمای محیط):  
تخم مرغ: یک عدد  
شیر: یک قاشق غذا خوری

مواد لازم خمیر (همدمای محیط):  
شیر پرچرب: ۸۵ گرم  
خمیر فوری: یک قاشق چای خوری  
کره: ۴۰ گرم  
شکر سفید: ۵۰ گرم  
نمک: یک هشتم قاشق چای خوری  
آرد: ۳۰۰ گرم  
روغن مایع: یک دوم قاشق غذا خوری  
وانیل: یک چهارم قاشق چای خوری  
تخم مرغ: یک عدد

### چند نکته در خصوص مواد اولیه

چرب، روغن جامد و روغن صاف قابل استفاده نیستند. کره باید همدمای محیط باشد. برای اندازه گیری آرد، ظرف یا پاکت آرد را با قاشق هم بزنید و آن را وزن کنید. آرد اندازه گیری شده را حتماً دوبار الک کنید. الک کردن به بهتر شدن بافت نهایی خمیر کمک می کند و باعث می شود خمیر بافت سبک تری داشته باشد. در صورت تمایل می توانید به جای وانیل در مواد میانی از یک قاشق چای خوری دارچین استفاده کنید. برای تهیه این دستور می توانید از آرد شیرینی پزی و یا آرد نان فانتزی استفاده کنید. دقت کنید که آرد بربری، سنگک، لواش یا تافتون به هیچ وجه مناسب این دستور نیست.

از عوامل موفقیت در اندازه گیری، عدم تبدیل واحدها و استفاده از ابزار گفته شده در دستور منبع است. پس از ترازوی آشپزخانه به جای پیمانه ها استفاده کنید تا بهترین و دقیق ترین نتیجه را بگیرید. اما اگر ترازو در دسترس ندارید، برای اطلاع از نحوه صحیح استفاده از پیمانه های اندازه گیری، در اینترنت جست و جو کنید و راه تبدیل آنها به یکدیگر را بررسی کنید. در ضمن این نکته را بدانید که برای اندازه گیری مواد اولیه باید از پیمانه ها و قاشق های استاندارد شیرینی پزی استفاده کنید. برای این دستور می توانید از کره حیوانی (کره صبحانه) یا کره گیاهی سوپرمارکتی (مارگارین) یا مخلوط هر دو کره استفاده کنید. دقت کنید که برای این دستور کره سنتی، کره لاکتیکی، کره کم

