

## آموزش کاکا کدو حلوائی

## پنکیک ایرانی

فائزه صدیقی  
نویسنده

پنکیک Pancake، خمیری کم شیرین است که به صورت گرد، باریک و تک نفره روی حرارت مستقیم پخته می شود. خمیر پنکیک را معمولاً از ترکیب نوعی آرد، شیر، تخم مرغ و شکر درست می کنند و بعد روی ماهیتابه داغ به صورت دانه ای می پزند. این ترکیب ساده که در نقاط مختلف دنیا سبک های متفاوتی دارد، از متنوع ترین و محبوب ترین صبحانه ها و میان وعده های دنیا است. با وجود اینکه امروزه تنوع در نان و شیرینی بسیار زیاد است و هر روز هم ترکیب های جدید به دنیا شیرینی پزی اضافه می شود، ولی پنکیک همچنان توانسته است حضورش را روی میز صبحانه خانه ها، رستوران ها و هتل ها حفظ کند و حتی یک روز از سال را هم به نام خودش ثبت کند. جالب است بدانید که اغلب کشورهای دنیا، نوعی از پنکیک را در فرهنگ غذایی خودشان دارند که آن را به شیوه های مختلف سرو می کنند، مثل پنکیک چینی که اصلاً شیرین نیست و به عنوان میان وعده سرو می شود، یا پنکیک امریکای جنوبی که با آرد ذرت تهیه می شود و موقع پخت داخل آن پنیر می گذارند تا همراه با پخت پنکیک آب شود، یا پنکیک هندی که با آرد برنج و انواع ادویه ها درست می شود و همین طور پنکیک سومالیایی که بسیار اسفنجی تر از دستور اصلی پنکیک است و در مواد اولیه آن پودر خمیر مایه هم استفاده می شود و سایز بزرگی دارد که انواع غذاها در آن پیچیده می شود و در نهایت پنکیک ایرانی یا کاکا که یک شیرینی سنتی گیلانی است. کاکا بسیار آسان و سریع تهیه می شود، مواد آن خمیری شکل بوده و مانند کوکوها در روغن سرخ می شود. کاکا انواع مختلفی دارد که نوعی از آن با پوره کدو حلوائی تهیه می شود و من امروز تصمیم دارم این پنکیک ایرانی را به شما آموزش بدهم. پس امروز با من همراه باشید تا در کنار هم طرز تهیه این کاکا کدو حلوائی خوشمزه را آموزش ببینیم.

## نحوه پوره کردن کدو حلوائی:

برای تهیه پوره، ابتدا کدو تمبل یا حلوائی را از وسط نصف کنید، دانه ها و فیبرهایش را کاملاً خارج کنید، سپس آن را به تکه های باریک تقسیم کنید و بعد بپزید. می توانید برش ها را در دیگ بچینید و کدوها را روی گاز بپزید یا کف سینی فر کاغذ روغنی با ورق نسوز بندازید و کدوها را نیم ساعت تا چهل و پنج دقیقه در فر ۱۸۰ درجه قرار بدهید و با در ظرفی بالا بخار آب قرار داده و بخار پز کنید. در حین پخت چنگال را داخل کدو فرو می کنیم و وقتی در آن فرو رفت یعنی کدو پخته است. بعد از اتمام پخت و خنک شدن، پوست کدو پخته شده را با استفاده از چاقو جدا کرده و بعد با کمک غذا ساز، مخلوط کن یا چنگال آن را کاملاً و تا حدی پوره می کنیم که مخلوط نهایی کاملاً یکدست باشد. پس از آن پوره را حداقل به مدت یک ساعت در دما محیط در صافی یا الک بریزید تا آب اضافی از آن خارج شود، زیرا این آب می تواند بافت نهایی کیک یا نان را شفته کند. بعد از گرفتن

آب اضافی، پوره را اندازه گیری کنید و برای استفاده آماده بگذارید.

## طرز تهیه کاکا کدو حلوائی:

آرد برنج و آرد ساده الک شده، شکر، بیکنگ پودر و دارچین را در یک کاسه بریزید. مواد خشک را خوب با هم مخلوط کنید تا به صورت یکدست پخش شوند و مجدد یک بار دیگر همه مواد خشک را با هم الک کنید. الک کردن به بهتر شدن بافت نهایی کاکا کمک می کند و باعث می شود بافت سبک تری داشته باشد. تخم مرغ و پوره کدو حلوائی را با هم در یک ظرف بریزید. با همزن دستی (ویسک) یا چنگال خوب مخلوطشان کنید. پس از آن شیر را به مخلوط اضافه کرده و در صورت تمایل گلاب هم بریزید. مواد تر را هم بزنید، بافت نهایی آن باید شل باشد و از قاشق بریزد. وسط کاسه مواد خشک، یک حفره ایجاد کنید و مواد تر را داخل آن حفره بریزید. مواد را با لیسک یا چنگال هم بزنید تا یکدست شوند. غلظت مواد مثل مایه کوکومی شود. از آنجایی که جنس کدوها و جنس آرد برنج ها متفاوت است، ممکن است همیشه نتیجه

## چند نکته در خصوص مواد اولیه

- برای اندازه گیری آرد، ظرف یا پاکت آرد را با قاشق هم بزنید، پیمانانه را با قاشق پر کنید و سر پیمانانه را صاف کنید. آرد اندازه گیری شده را حتماً دو بار الک کنید. الک کردن به بهتر شدن بافت نهایی پنکیک کمک می کند و باعث می شود پنکیک بافت سبک تری داشته باشد.
- برای دستورات قنادی بهتر است از شیر پرچرب کارخانه ای استفاده کنید.
- برای تهیه کاکا بهتر است حتماً آرد برنج ایرانی استفاده کنید تا بهترین کیفیت را تجربه کنید.
- یکی از مشکلات دستوراتی که میوه جات و سبزیجات دارند میزان تقریبی شکر است. میزان شکر در نظر گرفته شده در مواد لازم دستور، برای کدویی با شیرینی معمولی است، ولی کدوی خریداری شده ممکن است بسیار شیرین یا کم شیرین باشد، پس برای حل این مشکل بعد از پوره کردن کدو از آن بچسبید. اگر میزان شیرینی پوره کدو کم بود، شکر را بیشتر بریزید و اگر خیلی شیرین بود میزان شکر را کمتر کنید.
- دارچین را می توانید با ادویه دلخواه مانند زیره جایگزین کنید.
- برای تهیه هر نوع دسرو شیرینی با کدو، نیاز به کدوی پوره شده دارید.
- برای تهیه پوره، باید کدوها پخته شوند. شما می توانید کدوها را در فر یا در تابه ای روی گاز بپزید. از آنجایی که هر چه پوره کم آب تر باشد، نتیجه بهتری در شیرینی پزی می دهد، پخت کدوها در فر و یا به روش بخار پز بیشتر توصیه می شود، ولی اگر به هر دلیلی پخت روی گاز را ترجیح می دهید، کدوها را برش بزنید و با پوست ته یک تابه بچینید، نصف استکان آب کف تابه بریزید، در تابه را بگذارید و اجازه بدهید کدو بپزد.

و روی حرارت متوسط بگذارید تا داغ شود. اگر قاشق چوبی را داخل روغن کردید و دور آن جلز و ولز کرد یعنی روغن آماده است. با قاشق، اسکوپ یا پیمانانه از مایه کاکا بردارید و در روغن بریزید تا سرخ شود. وقتی زیر و دور آن طلایی شد، موقع برگرداندن آن است. طرف دیگر کاکا را هم به همین ترتیب سرخ کنید و پس از آن کاکا آماده است. بهتر است کاکا را داغ و به همراه چای یا نوشیدنی های دیگر سرو کنید. از اینکه این آموزش را تا انتها با من همراه بودید از شما سپاسگزارم. امیدوارم لحظات شیرین زندگیتان هر روز بیشتر از روز قبل باشد.

یکسانی به دست نیاید. اگر دیدید خمیر نهایی سفت است، مقدار کمی شیر به آن اضافه کنید و دوباره هم بزنید. در صورت تمایل می توانید گردو خرد شده هم به مواد اضافه کنید. اگر مایل به اضافه کردن گردو به پنکیک هستید، بهتر است آنها را روی حرارت گاز یا داخل فر قرار داده و تست کنید. تست کردن مزه و بافت خشکیار را تشدید می کند و کمک می کند طعم مشخص تر و بهتری داشته باشند، ضمن اینکه رطوبت اضافه آنها را از بین می برد و باعث می شود آجیل ها سبک تر شده و در کیک و پنکیک ها ته نشین نشوند. روغن را در تابه بریزید

مواد لازم (هم دما محیط):  
آرد: یک دوم پیمانانه / پوره کدو  
حلوائی: یک پیمانانه / شکر سفید: یک دوم  
پیمانانه / تخم مرغ: یک عدد / شیر: یک سوم  
پیمانانه / بیکنگ پودر: یک قاشق چای خوری /  
دارچین: یک قاشق چای خوری / گردو: یک چهارم  
پیمانانه (قابل حذف) / گلاب: یک قاشق غذاخوری  
(قابل حذف) \* اگر پیمانانه های استاندارد  
شیرینی پزی را دارید از همان استفاده کنید،  
اما اگر به آنها دسترسی ندارید یک لیوان  
دسته دار فرانسوی را معادل یک  
پیمانانه در نظر بگیرید.

