

کماج سن کرمان

کماج سِهِن نوعی شیرینی مخصوص استان کرمان می‌باشد. در این شیرینی از آردی مثل آرد سمنو برای خمیر استفاده می‌شود. در میان لایه‌های خمیر قبل از گذاشتن در فر خرما با مغز گردو، بادام یا پسته افزوده می‌شود. این شیرینی فاقد هرگونه افزودنی نگهدارنده است، ولی می‌توان آن را به مدت طولانی در بیرون از یخچال جا داد. با توجه به اینکه مواد تشکیل دهنده آن بسیار پرکالری هستند، پس از خوردن یک قطعه از آن با یک لیوان شیر احساس سیری به وجود می‌آید. مواد لازم برای تهیه ی خمیر کماج : آرد سمنو یا آرد سن یک کاسه آرد گندم یک کاسه آرد سفید یک کاسه روغن جامد آب کرده دو ملاغه مایع خمیر ترش یک قاشق مربا خوری ادویه ی کماج سن که شامل : جوز هندی، زنجبیل، قلمفور، هل و دارچین است به میزان لازم آب کمی مواد لازم برای تهیه ی مواد وسط کماج : خرمای بدون هسته که با کمی روغن نرم شده باشد . گردوی خورد شده به میزان لازم مقداری از ادویه ی کماج را داخل آردها و مقداری از آن را به این مواد اضافه کنید. طرز تهیه : آردها را با هم مخلوط کرده، مقداری ادویه ی کماج همانطور که گفته شد به آنها اضافه کنید. یک قاشق مربا خوری پودر خمیر ترش را در کمی آب ولرم حل کرده و آردها را به آن اضافه کنید، سپس یک ملاغه روغن و بعد از آن کمی آب تا خمیر شکل گرفته و درست شود. خمیر آماده شده را در سینی فر یا ماهی تابه ی بزرگ نجسی که خوب با روغن چرب شده باشد پهن کنید به طوری که زیاد نازک نباشد، خرما و گردوهای آماده شده را بر روی این خمیر پهن شده ریخته و دوباره یک لایه خمیر دیگر که بر روی سینی دیگری با وردنه پهن کرده اید را برداشته و روی این مواد طوری قرار دهید که دو طرف خمیرها به هم رسیده و اطراف آن را خوب بپوشاند و مواد وسط کماج دیده نشود. در این مرحله یک ملاغه روغن باقی مانده را روی این خمیر آماده شده ریخته و در همین جا، قبل از اینکه داخل فر یا روی گاز قرار دهید آن را به برشهای لوزی یا مربعی شکل و یا حتی اگر در ماهی تابه ی گرد کوچکی درست کرده اید به شکل مثلثی برش دهید و داخل فر در طبقه ی وسط و با شعله ی ملایم قرار داده و یا روی شعله ی گاز با حرارت کم بگذارید و زمانی که از پخته شدن یک طرف آن مطمئن شدید، اگر در فر گذاشته اید شعله ی بالای فر را روشن کنید و اگر در ماهی تابه و روی گاز آن را بر گردانده تا طرف دیگر آن نیز سرخ شده و به رنگ قهوه ای در آید .پس از آماده شدن، بگذارید کاملاً سرد شده و برشها را عمیق تر کرده تا قطعات آن از هم جدا شوند، آنها را درون ظرف مورد نظر چیده و روی آنها را با پودر پسته یا پودر قند تزیین کنید و با چای نوش جان کنید .این شیرینی یک میان وعده ی بسیار مقوی برای کودکان و نوجوانان در حال رشد می باشد.

