# **کیک نارگیلی**

کیک‌ها و شیرینی‌ها جزو میان‌وعده‌های محبوب و خوشمزه در سراسر جهان محسوب می‌شوند که دارای انواع مختلفی هستند. یکی از دلپذیرترین کیک‌هایی که در دسته کیک‌های خیس و پرطرفدار قرار دارد، **کیک نارگیلی** است. این کیک انتخاب عالی برای افرادی به حساب می‌آید که به عطر و طعم نارگیل علاقه دارند. با وجود اینکه این کیک به‌وفور در قنادی‌ها برای فروش پخته می‌شود، اما بانوان خوش‌سلیقه تمایل دارند تا آن را به صورت خانگی تهیه کنند. ازاین‌رو در این مطلب قصد داریم تا طرز تهیه این کیک را به شما ارائه کنیم.

## **طرز تهیه کیک نارگیلی خانگی**

اگر شما هم جزو افرادی هستید که به پختن کیک و شیرینی در منزل علاقه دارید و می‌خواهید از روغن سالم و مواد اولیه درجه یک در پخت کیک خود استفاده کنید، تا انتهای این مطلب با ما همراه باشید.

**کیک نارگیلی** یک کیک مشهور و خوشمزه است که به آسانی پخته می‌شود؛ بنابراین حتی اگر تجربه زیادی در پخت کیک و شیرینی ندارید، می‌توانید از تهیه این کیک شروع کنید. البته برای اینکه یک کیک خوش‌طعم داشته باشید، باید به نکات مهمی توجه کنید که به همه این نکات در این مطلب اشاره کرده‌ایم.

مواد لازم برای تهیه کیک نارگیلی عبارتند از:

|  |  |
| --- | --- |
| شکر | 1 لیوان |
| آرد | 2 لیوان |
| تخم مرغ | 3 عدد |
| شیر | 1 لیوان |
| روغن مایع | 1 لیوان |
| بکینگ پودر | 4/1 قاشق غذا خوری |
| پودر دارچین | 1 قاشق غذا خوری |
| وانیل | 2/1 قاشق چای خوری |
| پودر نارگیل | 1 لیوان |

برای تهیه **کیک نارگیلی** لازم است تا مراحل زیر را دنبال کنید:

مرحله اول: در ابتدا، درون کاسه‌ای، تخم مرغ‌ها را بریزید و وانیل و شکر را به آن اضافه کنید. سپس این مواد را با استفاده از یک همزن برقی با دور تند هم بزنید تا یک بافت کش‌دار و روشن داشته باشید. اکنون، روغن مایع و شیر را به این مواد اضافه کنید و آنقدر هم بزنید تا یکدست شوند.

مرحله دوم: در این مرحله، آرد را 3 بار به همراه بکنیگ پودر الک کرده و آن را به ترکیب قبلی اضافه کنید. در ادامه، با استفاده از لیسک، بافت مایع را به صورت دورانی هم بزنید. فر را روشن کرده و آن را روی دمای 180 درجه سانتی‌گراد تنظیم کنید.

مرحله سوم: در مرحله سوم از پخت این کیک خوشمزه، پودر نارگیل و پودر دارچین را به مواد اولیه اضافه کنید و باز هم به صورت دورانی به هم زدن خود ادامه دهید تا در داخل مایه کیک ترکیب شوند. همچنین کمی زعفران را به مواد خود بیفزایید.

مرحله چهارم: کف قالب خود را با روغن یا کره چرب کنید و مایه کیک را داخل قالب بریزید. سپس قالب را به مدت 45 دقیقه داخل فر قرار دهید و پس از سپری شدن این زمان، کیک را از فر بیرون بیاورید و از قالب خارج کنید. درنهایت می‌توانید از پودر قند یا پودر نارگیل برای تزئین **کیک نارگیلی** خود استفاده کنید.

## **خواص کیک نارگیلی**

این کیک به دلیل داشتن نارگیل از خواص فراوانی برخوردار است که که از مهمترین آن‌ها می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

* کمک به سلامت قلب: نارگیل حاوی روغنی است که کلسترول بد را کاهش و کلسترول خوب را افزایش می‌دهد.
* کمک به سلامت دستگاه گوارش: مصرف نارگیل به حرکات منظم روده‌ها کمک می‌کند؛ زیرا سرشار از فیبر است.
* سلامت دهان و دندان: مواد مغذی موجود در نارگیل منجر به پیشگیری از عفونت‌های دهان و دندان می‌شود.
* کمک به تنظیم فشار خون: نارگیل به تنظیم فشار خون کمک می‌کند؛ به همین دلیل این کیک نیز خطر ابتلا به فشار خون را کاهش می‌دهد.

## **کلام آخر**

کیک نارگیلی یکی از محبوب‌ترین کیک‌های دوران کودکی هر فردی است که یک گزینه عالی برای دورهمی‌ها و مهمانی‌ها به حساب می‌آید. در این مطلب طرز تهیه این کیک خوشمزه را به شما ارائه کردیم تا بتوانید آن را به آسانی در منزل خود تهیه کنید. از اینکه تا انتهای این مطلب با ما همراه بودید، از شما سپاسگزاریم.