

آش دوغ شیرازی با دستور پختی که خوشمزه‌تر از همیشه می‌شود

21 بهمن 1402

یکی از آش‌های سنتی و خوشمزه ایرانی که مختص استان فارس و خصوصاً شهر شیراز است، آش دوغ شیرازی است که به سبک منحصر به فردی تهیه می‌شود. در این مطلب طرز تهیه آش دوغ شیرازی آموزش داده شده است.

تفاوت این آش با دیگر آش‌ها در حبوبات آن است که از لپه استفاده می‌شود. البته در خود شیراز از بنه استفاده می‌شود که در واقع یک نوع پسته کوهی است. اما اگر در دسترس ندارید می‌توانید آن را حذف کنید و یک آش فوق العاده برای عصرانه داشته باشید.

در ادامه مواد لازم برای تهیه آش دوغ شیرازی را مشاهده می‌کنید و سپس طرز تهیه این آش را به شما آموزش می‌دهیم.

مواد لازم برای تهیه آش دوغ شیرازی

گوشت چرخ کرده: نیم کیلو

برنج: دو لیوان

لپه: یک لیوان

شوید و نعنا خشک: به مقدار کافی

دوغ: به مقدار کافی

پیاز: یک عدد

نمک و زردچوبه و روغن: به مقدار کم

این مواد اولیه برای ۴ نفر مناسب است.

طرز تهیه آش دوغ شیرازی

برای تهیه این غذا باید ابتدا برنج و لپه را به صورت جدا شسته و با مقداری آب خیس کنید و بعد داخل یک تابه کمی روغن ریخته و روی شعله متوسط گاز بگذارید.

وقتی که گرم شد گوشت چرخ کرده را با مقداری پیاز خرد شده و نمک و زردچوبه داخل روغنی که داغ شده بریزید و تفت دهید.

سپس لپه‌ای را که پیش از این خیس کرده بودید را داخل آبکش ریخته و به محتویات خود اضافه کنید و تفت دهید.

حالا باید یک قابلمه مناسب با توجه به تعداد نفرات انتخاب کرده و برنج و شوید خشک را درون آن بریزید و کمی هم آب بر روی آن ریخته و روی شعله گاز بگذارید تا بپزد.

در همین زمان که برنج می‌پزد، رفته رفته به آن آب اضافه کنید تا نرم‌تر شود. وقتی که دانه‌های برنج پخت، گوشت و لپه که تفت داده بودید را هم به آن اضافه کنید و مقداری هم دوغ داخل قابلمه بریزید و بگذارید که کاملاً با هم بپزند و قوام بیابند و به غلظت مناسب برسند.

در نهایت آن را چشیده و اگر همه طعم و مزه آن مناسب بود از روی شعله گاز برداشته و در ظرف دلخواه سرو کنید.

حدود ۳ ساعت برای پختن و جا افتادن آش دوغ شیرازی زمان احتیاج است و می‌توانید آن را به عنوان وعده غذایی اصلی در شام یا ناهار میل کنید.

در صورت تمایل به تهیه این غذا برای تعداد نفرات بیشتر، باید با حفظ نسبت‌ها مقدار مواد اولیه را تغییر دهید.