

تهیه کوفته فرانسوی یا «کوفته دو بوف»

25 تیر 1404

کوفته فرانسوی یا «کوفته دو بوف» یکی از غذاهای سنتی و محبوب در فرانسه است که به دلیل طعم بی نظیر و بافت نرم و لطیف خود، در بین مردم جهان بسیار مورد توجه قرار گرفته است.

کوفته فرانسوی یا «کوفته دو بوف» یکی از غذاهای سنتی و محبوب در فرانسه است که به دلیل طعم بی نظیر و بافت نرم و لطیف خود، در بین مردم جهان بسیار مورد توجه قرار گرفته است. این غذا به عنوان یک وعده اصلی یا پیش غذا سرو می شود و معمولاً در مهمانی ها و جشن ها به کار می رود.

مواد لازم برای تهیه کوفته فرانسوی

- ۵۰۰ گرم گوشت چرخ کرده (گوشت گوساله یا ترکیبی از گوساله و بره)
- ۱ عدد پیاز بزرگ (ریز خرد شده)
- ۲ حبه سیر (خرد شده)
- ۱ عدد تخم مرغ
- ۱ فنجان نان باگت خشک (خرد شده)
- ۲ قاشق غذاخوری شیر
- ۱ قاشق چای خوری نمک
- ۱ قاشق چای خوری فلفل سیاه
- ۱ قاشق چای خوری پودر آویشن
- ۱ قاشق غذاخوری جعفری تازه (ریز خرد شده)
- روغن مایع (برای سرخ کردن)

برای سس؟

- ۲ قاشق غذاخوری کره
- ۲ قاشق غذاخوری آرد
- ۲ فنجان آب گوشت یا آب
- نمک و فلفل به میزان لازم

مراحل تهیه کوفته فرانسوی

مرحله ۱: آماده سازی مواد اولیه

ابتدا پیاز و سیر را به خوبی ریز خرد کنید. سپس نان باگت خشک را به تکه های کوچک برش بزنید و در شیر بخیسانید تا نرم شود.

مرحله ۲: ترکیب مواد

در یک کاسه بزرگ، گوشت چرخ کرده، پیاز، سیر، تخم مرغ، نان باگت بخیس خورده، نمک، فلفل سیاه و آویشن را با هم مخلوط کنید. به خوبی مواد را با دست ترکیب کنید تا یک مخلوط یکنواخت به دست آید. سپس جعفری خرد شده را اضافه کنید و مجدداً مخلوط کنید.

مرحله ۳: شکل دهی کوفته ها

با دست، از مخلوط تهیه شده گلوله های کوچک به اندازه یک توپ گلف شکل دهید. مطمئن شوید که کوفته ها به طور یکنواخت شکل گرفته باشند تا در پخت یکنواخت باشند.

مرحله ۴: سرخ کردن کوفته ها

در یک تابه بزرگ، مقداری روغن مایع بریزید و آن را روی حرارت متوسط گرم کنید. کوفته ها را به آرامی در تابه قرار دهید و آن ها را به مدت ۵ تا ۷ دقیقه سرخ کنید تا قهوه ای طلایی شوند. سپس کوفته ها را از تابه خارج کنید و در یک بشقاب کنار بگذارید.

مرحله ۵: تهیه سس

در همان تابه، کره را ذوب کنید و سپس آرد را به آن اضافه کنید. به خوبی هم بزنید تا بپزد و رنگ آن طلایی شود. سپس به تدریج آب گوشت یا آب را اضافه کنید و هم بزنید تا سس یکنواختی به دست آید. در نهایت نمک و فلفل را به سس اضافه کنید و اجازه دهید کمی غلیظ شود.

مرحله ۶: پخت نهایی

کوفته ها را به سس اضافه کنید و به آرامی هم بزنید تا تمام کوفته ها با سس پوشانده شوند. درب تابه را بگذارید و اجازه دهید کوفته ها به مدت ۱۵ دقیقه روی حرارت ملایم بپزند.

نکات مهم در تهیه کوفته فرانسوی

گوشت انتخابی: می توانید از ترکیب گوشت گوساله و بره استفاده کنید تا طعم بهتری داشته باشید. همچنین از گوشت چرخ کرده با چربی کمتر استفاده کنید تا کوفته ها خشک نشوند.

ادویه جات: می توانید از ادویه جات دیگری مانند زردچوبه یا دارچین نیز استفاده کنید تا طعم متفاوتی به کوفته ها ببخشید.

پخت سس: برای تهیه سس می توانید از خامه نیز استفاده کنید تا سس غلیظ تر و خوشمزه تری داشته باشید.

سرو کوفته: این کوفته ها می توانند با برنج یا پاستا سرو شوند و همچنین می توانید از سبزیجات بخارپز به عنوان همراه استفاده کنید.