

# طرز تهیه آش سماق تویسرکان

4 اسفند 1402

آش سماق یکی از غذاهای سنتی و محلی استان همدان است که مربوط به تویسرکان می‌باشد که طعم فوق‌العاده و جذابی دارد و برای تهیه آن از چغندر و حبوبات استفاده می‌شود.

مواد لازم برای تهیه آش سماق تویسرکان

زمان پخت: ۶۰

گردو (خردشده): یک دوم پیمانه

نمک و زردچوبه: به مقدار لازم

بلغور: ۲ پیمانه

شکر: ۲ تا ۳ قاشق غذاخوری

روغن مایع: ۳ قاشق غذاخوری

پیاز: یک عدد درشت

لوبیا قرمز: یک چهارم پیمانه

عدس ریز: یک چهارم پیمانه

چغندر معمولی: ۲ عدد متوسط

سماق: ۱۵۰ گرم

سیر: ۲ حبه

## طرز تهیه آش سماق تویسرکان

برای تهیه آش سماق باید حبوبات را شسته و چند ساعت بخیسانید و سپس با سیر و یک و نیم لیتر آب آن را بپزید.

بعد از اینکه یک ساعت و نیم گذشت و حبوبات پختند، باید پیاز را خرد کرده و با کمی زردچوبه درون کمی روغن تفت دهید.

وقتی که پیازها سبک و طلایی رنگ شدند آنها را داخل آش خود بریزید و مقداری هم چغندر و گردو داخل آش اضافه کنید.

سپس سماق را با آب سرد شسته و داخل ۵ لیوان آب گرم بریزید و روی شعله گاز بگذارید تا به جوش برسد و پنج دقیقه بجوشد.

پس از آن سماق را از روی شعله گاز برداشته و آن را صاف کنید و شکر را با آب صاف کرده سماق، ترکیب کرده و ۱۵ دقیقه قبل از اینکه آش را بکشید روی آن بریزید.