

# طرز تهیه ترشی بادمجان و هویج خوشمزه و لذیذ

1 مهر 1404

ترشی ها به عنوان یکی از اجزای اصلی سفره های ایرانی، علاوه بر طعم دهی به غذاها، نقش مهمی در افزایش اشتها و تنوع غذایی دارند. یکی از محبوب ترین انواع ترشی ها، ترشی بادمجان و هویج است.

این ترشی خوشمزه علاوه بر طعم لذیذ و متمایز خود، می تواند رنگ و لعاب خاصی به سفره های شما ببخشد.

## مواد لازم برای ترشی بادمجان و هویج

قبل از شروع به تهیه ترشی بادمجان و هویج، بهتر است مواد لازم را آماده کنید. برای تهیه این ترشی به مواد زیر نیاز دارید:

بادمجان: ۵۰۰ گرم

هویج: ۳۰۰ گرم

سیر: ۲ حبه

سرکه سفید: ۲ لیوان

نمک: به مقدار لازم

زردچوبه: ۱ قاشق چای خوری

فلفل سیاه: به مقدار لازم

شکر: ۱ قاشق غذاخوری (اختیاری)

فلفل دلمه ای (رنگی): ۱ عدد (اختیاری)

برگ های نعناع و یا ترخون: به مقدار لازم (اختیاری)

. آماده سازی مواد اولیه

بادمجان: ابتدا بادمجان ها را شسته و از طول به دو نیم تقسیم کنید. سپس، آن ها را در آب و نمک بخوابانید تا تلخی آن ها گرفته شود. این کار باعث می شود که بادمجان ها نرم تری داشته باشید و طعم بهتری را در ترشی ایجاد کنند.

هویج: هویج ها را پوست کنده و به صورت خالی یا ریز خرد کنید. اندازه خلال ها بستگی به سلیقه شما دارد، اما بهتر است که هویج ها خیلی نازک نباشند تا در ترشی له نشوند.

سیر: سیرها را پوست کنده و به صورت ریز خرد کنید. سیر طعم خاصی به ترشی می دهد و عطر آن در ترکیب با دیگر مواد بسیار دلپذیر است.

#### **. تفت دادن مواد**

در یک تابه، بادمجان های خیس خورده را به مدت ۵-۷ دقیقه در کمی روغن تفت دهید تا کمی طلایی و نرم شوند. این کار باعث می شود که بافت بادمجان در ترشی بهتر حفظ شود و طعم آن غنی تر شود.

بعد از تفت دادن بادمجان ها، هویج ها و سیر خرد شده را نیز به تابه اضافه کنید و به مدت ۳-۵ دقیقه دیگر تفت دهید. در این مرحله می توانید زردچوبه و ادویه های دیگر را نیز به مخلوط اضافه کنید تا عطر و طعم خاصی به ترشی ببخشید.

#### **. آماده سازی سرکه**

در یک ظرف بزرگ، سرکه سفید و شکر (در صورت استفاده) را با هم مخلوط کنید. شکر به تعادل طعم ترشی کمک کرده و باعث کاهش اسیدیته آن می شود. می توانید مقدار شکر را بر اساس ذائقه خود تنظیم کنید.

#### **. میکس کردن مواد**

بعد از تفت دادن مواد، آن ها را از روی حرارت بردارید و بگذارید کمی خنک شوند. سپس، بادمجان ها و هویج ها را به مخلوط سرکه اضافه کنید و به آرامی هم بزنید تا مواد به خوبی ترکیب شوند. در این مرحله، می توانید فلفل دلمه ای رنگی خرد شده و نعناع یا ترخون را نیز اضافه کنید تا عطر و طعم ترشی بیشتر شود.

#### **. نگهداری ترشی**

پس از میکس کردن مواد، آن ها را در شیشه های تمیز و خشک بریزید. حتماً مطمئن شوید که تمام مواد زیر مایع سرکه قرار دارند تا از خراب شدن آن جلوگیری شود. درپوش شیشه ها را محکم ببندید و آن ها را در جای خنک و تاریک نگهداری کنید. ترشی بادمجان و هویج پس از ۲-۳ هفته آماده مصرف است و طعم بهتری پیدا خواهد کرد.