

طرز تهیه بورانی لبو خوشمزه و خوشرنگ با ماست و چغندر لبو

یکی از بورانی های خوشمزه پاییز و زمستان است که بسیار خوشمزه و خوش رنگ می باشد. برای خرید از لبو هایی استفاده کنید که اندازه کوچک یا متوسط داشته باشند و همچنین داشتن ریشه های ضخیم نشان دهنده پیر بودن لبو ها می باشد و اگر روی لبو لک یا سوراخ داشته باشد نشانه خرابی آن است و برای نگه داری لبوها از فریزر کردن آنها خوداری کنید و اگر تمایل دارید لبو را غیر از فصل داشته باشید آن ها را اول بپزید سپس فریزر کنید.

مواد لازم

لبو	۲ عدد
ماست چکیده	۲ لیوان
خیار	۱ عدد
ذرت	۵ ق غذا خوری به دلخواه
نمک و فلفل و آویشن	به مقدار لازم

طرز تهیه بورانی لبو

مرحله اول : آماده سازی لبو

لبو را شسته و با مقداری آب اجازه می دهیم با حرارت ملایم چند ساعت پخته شود. وقتی آب قابلمه نصف شد لبو ها را خارج کرده و پوست آنها را می گیریم و از وسط نصف می کنیم و دوباره داخل قابلمه گذاشته و ۲ ق غذا خوری شکر یا شیر (اگر شیرین بود که شکر را حذف می کنیم) می ریزیم و اجازه می دهیم آب قابلمه غلیظ شود.

مرحله دوم : آماده سازی مواد بورانی

خیار را پوست بگیرد و رنده کنید. اگر از کنسرو ذرت استفاده نمی کنید ذرت ها را با کمک بخار پز یا هر وسیله دیگر پخته تا نرم

شود .

مرحله آخر

ماست را داخل ظرف مورد نظر ریخته و لبوهای پخته شده را رنده می کنیم و با مقداری آب لبو مخلوط کرده سپس ذرت و خیار و نمک و فلفل و آویشن را افزوده و مخلوط می کنیم و برای ۱ ساعت داخل یخچال گذاشته تا مزه ها با هم ادغام شوند.