

طرز تهیه ته چین گوشت و بادمجان خوشمزه به روش رستورانی

10 شهریور 1401

ته چین گوشت یکی از انواع غذاهای سنتی و خوشمزه ایرانی است که با مواد متنوعی پخته می شود.

مواد لازم برای ۵ نفر

برنج ۵ پیمانه

بادمجان ۵ عدد

گوشت چرخ کرده ۲۰۰ گرم

زرده تخم مرغ ۵ عدد

ماست چکیده ۵ قاشق غذاخوری

زعفران دم کرده ۱/۴ فنجان

زرشک ۱ پیمانه

پیاز ۱ عدد بزرگ

نمک و فلفل سیاه به مقدار کافی

روغن و زردچوبه به مقدار کافی

دستور پخت ته چین گوشت

مرحله اول

برای تهیه ته چین گوشت مجلسی ابتدا پیاز را به صورت نگینی ریز خرد می کنیم و در یک تابه مناسب به همراه کمی روغن تفت می دهیم تا پیاز سبک شود، سپس کمی زردچوبه اضافه می کنیم و یک دقیقه دیگر مواد را تفت می دهیم.

مرحله دوم

در ادامه گوشت چرخ کرده را به تابه اضافه می کنیم و و چند دقیقه تفت می دهیم تا گوشت چرخ کرده

تغییر رنگ بدهد. در صورت تمایل می توانیم به جای استفاده از گوشت چرخ کرده از گوشت ریش ریش شده استفاده کنیم.

مرحله سوم

پس از اینکه گوشت تغییر رنگ داد، نصف فنجان آب اضافه می کنیم و درب تابه را می گذاریم تا گوشت بپزد. در همین حین بادمجان ها را به صورت حلقه ای خرد می کنیم و به صورت جداگانه در روغن سرخ می کنیم و کنار می گذاریم.

مرحله چهارم

در این مرحله یک قابلمه مناسب را تا نیمه آب پر می کنیم و روی حرارت قرار می دهیم تا به جوش بیاید. پس از اینکه آب به جوش آمد یک قاشق چایخوری نمک داخل قابلمه می ریزیم و در ادامه برنجمان را که از قبل خیسانده ایم داخل آب جوش می ریزیم.

مرحله پنجم

پس گذشت ۵ تا ۷ دقیقه نسبت به نوع برنج، باید آنرا آبکشی می کنیم. حالا داخل یک کاسه بزرگ زرده های تخم مرغ را به همراه ماست، زعفران دم کرده و چند قاشق غذاخوری روغن را با هم ترکیب می کنیم تا کاملاً یکدست شوند.

مرحله ششم

در ادامه نصف برنج آبکش شده را به کاسه حاوی زرده تخم مرغ اضافه می کنیم و به خوبی مخلوط می کنیم تا برنج با مواد کاملاً یکدست شود. حالا یک قابلمه مناسب انتخاب می کنیم و کف و بدنه آنرا با روغن مایع چرب می کنیم.

مرحله هفتم

در این مرحله مخلوط برنج و زرده های تخم مرغ را ته قابلمه می ریزیم و با کف دست آنرا فشرده می کنیم تا به طور کامل به کف قابلمه بچسبند. حالا گوشت تفت داده شده را به همراه بادمجان های سرخ شده در وسط برنج می چینیم.

مرحله هشتم

در ادامه نصف زرشک را هم با کمی روغن تفت می دهیم و روی گوشت و بادمجان می ریزیم، سپس باقیمانده برنج آبکش شده را روی مواد می ریزیم و آنرا با کف دست فشار می دهیم تا سطح برنج کاملاً صاف و یکدست شود.

مرحله نهم

در ادامه مقداری روغن یا کره هم به صورت پخش روی برنج می ریزیم و درب قابلمه را می گذاریم. حالا اجازه می دهیم ته چین به مدت یک ساعت با حرارت ملایم دم بکشد. در پایان زرشک باقیمانده را برای تزیین روی ته چین استفاده می کنیم.

نکات پخت ته چین گوشت

ته چین گوشت در فر

برای تهیه این ته چین خوشمزه در فر ابتدا فر را با دمای ۱۸۰ درجه سانتیگراد روشن می کنیم تا کاملا گرم شود. سپس ته چین را در یک ظرف پیرکس آماده می کنیم و چند تکه کره به صورت پخش روی ته چین قرار می دهیم.

حالا روی درب ظرف پیرکس را با فویل آلومینیومی بسیار نازک می پوشانیم، سپس در طبق وسط فر قرار می دهیم تا ته چین آماده شود. پس از گذشت یک ساعت ته چین ما آماده است و می توانیم آنرا از فر خارج کنیم.