

# طرز تهیه راتا مرغ

29 آبان 1403

**راتا مرغ یک فینگرفود خوشمزه و ساده است که به آن کاناپه مرغ یا کاناپ مرغ هم می‌گویند.**

راتای مرغ که به کاناپ آمریکایی (راتا مکزیکی) هم مشهور است با رسی‌های مختلفی درست می‌شود؛ اما همه انواع راتا مرغ از نظر شکل ظاهری، طعم و بافت تا اندازه زیادی شبیه سالاد الویه و کیک مرغ هستند.

## مواد لازم برای تهیه راتا مرغ (برای ۴ نفر)

سینه مرغ (بدون پوست و استخوان): ۲۰۰ گرم

ساقه کرفس: ۲ عدد

خیارشور: ۱۰ عدد

سیر: ۲ حبه

پیاز: ۱ عدد متوسط

سس مایونز: به مقدار دلخواه و کافی

مغز گردو: ۳ قاشق غذاخوری

پیازچه: ۳ عدد

سیب زمینی: ۲ عدد متوسط

پنیر خامه‌ای: ۱/۳ لیوان فرانسوی دسته‌دار

نان تست: به مقدار لازم

آبلیمو: به مقدار لازم

روغن زیتون: ۲ قاشق غذاخوری (اختیاری)

نمک و فلفل سیاه: به مقدار کافی

مدت زمان لازم برای آماده‌سازی مواد اولیه: ۲۰ دقیقه

مدت زمان لازم برای تهیه راتا مرغ: ۱ ساعت

## مراحل طرز تهیه راتا مرغ

### مرحله اول: سینه مرغ را بپزید

در اولین مرحله از طرز تهیه راتا مرغ و گردو، سینه مرغ را بشویید و در قابلمه مناسبی بگذارید. سپس، پیاز شسته شده و بدون پوست را نصف کرده و به قابلمه حاوی مرغ اضافه کنید.

حبه‌های سیر را هم پوست بگیرید و در قابلمه بریزید. افزودن پیاز و سیر به برطرف کردن بوی زهم مرغ کمک می‌کند. حالا، به اندازه یک لیوان فرانسوی دسته‌دار آب و مقداری نمک و فلفل سیاه هم به مرغ اضافه کنید. درب قابلمه را ببندید و آن را ابتدا روی حرارت متوسط قرار دهید تا محتویات داخل قابلمه بجوشد. در ادامه، حرارت را ملایم کنید و یک ساعت زمان بدهید تا سینه مرغ روی شعله کم کاملاً بپزد.

### مرحله دوم: باقی مواد اولیه راتا مرغ را آماده کنید

در فاصله پختن سینه مرغ، ساقه‌های کرفس و پیازچه را بشویید و در سبد بریزید تا آب اضافی آن‌ها خارج شود. سپس، پیازچه و کرفس شسته شده را به صورت نگینی ریز خرد کنید. خیارشور (طرز تهیه خیارشور) و مغز گردو را نیز به صورت نگینی ریز خرد کنید.

سیب زمینی‌ها را هم به خوبی بشویید و همراه با مقداری آب در قابلمه مناسبی قرار دهید. درب قابلمه را ببندید و آن را روی حرارت متوسط بگذارید تا سیب زمینی کاملاً پخته و نرم شود.

### مرحله سوم: گوشت مرغ را ریش ریش کنید

پس از گذشت یک ساعت، مطمئناً سینه مرغ کاملاً پخته شده و آب آن کشیده شده است. در این مرحله، مرغ پخته شده را از قابلمه بیرون بیاورید و کنار بگذارید تا خنک شود. سپس با کمک چنگال، سینه مرغ را ریش ریش کنید.

اگر آب مرغ به طور کامل کشیده نشده، عصاره موجود در قابلمه را صاف کرده و پیاز و سیر باقی مانده را دور بریزید. عصاره مرغ را نگه دارید تا بعداً برای تهیه غذاهای دیگر از آن استفاده کنید. می‌توانید آن را در قالب‌های کوچک یخ بریزید و فریز کنید.

### مرحله چهارم: سیب زمینی را رنده کنید

حالا، ابتدا از پخت سیب زمینی مطمئن شوید. سپس، حرارت را خاموش کنید و سیب زمینی پخته شده را از قابلمه بیرون بیاورید و کنار بگذارید تا خنک شود. سیب زمینی آبپز را رنده کنید.

## مرحله پنجم: مواد راتای مرغ را ترکیب کنید

حالا کاسه مناسبی را انتخاب کنید. مرغ ریش ریش شده، کرفس، پیازچه، مغز گردو و خیارشور خرد شده را همراه با سیب زمینی رنده شده در کاسه بریزید. این مواد را به خوبی هم بزنید تا کاملا مخلوط شوند.

## مرحله ششم: باقی مواد راتا مرغ را اضافه کنید

سس مایونز (طرز تهیه سس مایونز) و پنیر خامه‌ای را نیز در یک کاسه بریزید و با باقی مواد ترکیب کنید. در این مرحله، باید آبلیموی تازه را همراه با مقداری نمک و فلفل سیاه به کاسه حاوی مرغ و سایر ترکیبات اضافه کنید. مواد را به خوبی هم بزنید تا کاملا یکپارچه شوند. در صورت تمایل، می‌توانید به اندازه یک یا دو قاشق غذاخوری روغن زیتون هم به این ترکیب اضافه کنید.

## مرحله هفتم: مایه راتای مرغ را استراحت دهید

پس از اطمینان از یکنواخت شدن مایه راتای مرغ، درب کاسه را ببندید یا با سلفون بپوشانید. سپس، کاسه حاوی ترکیبات راتا مرغ را برای یک ساعت (یا بیشتر) در یخچال بگذارید. به این ترتیب، سس به خورد مواد می‌رود، مایه راتا مرغ کاملا استراحت می‌کند و خودش را می‌گیرد.

## مرحله هفتم: نان تست را برش بزنید

در این مرحله، باید نان تست را برش بزنید. برای این منظور، یک قطعه نان تست را روی سطح کارتان بگذارید و با کاتر مخصوص شیرینی پزی (قالب استیل دایره‌ای) برش بزنید و بدون جدا کردن قالب از نان، باقی مانده نان را سوا کنید.

## مرحله هشتم: راتای مرغ را آماده کنید

اکنون نوبت آماده کردن این فینگرفود جذاب شده است. بنابراین، بسته به عمق کاتر استیلی که همچنان روی نان برش خورده قرار دارد، مقداری از مایه راتای مرغ را داخل قالب بریزید تا پر شود. با پشت قاشق، مایه راتا را صاف و فشرده کنید.

## مرحله نهم: راتای مرغ را از قالب جدا کنید

حالا باید راتا مرغ را با نهایت دقت از قالب جدا کنید. برای این منظور، قالب انباشته شده از مایه راتا را در دست بگیرید و قسمت زیرین نان را به آرامی فشار دهید. مراقب باشید، نان تست خرد نشود و راتای مرغ از هم نپاشد. روند برش زدن نان و پر کردن قالب را تا زمانی ادامه دهید که مایه راتای مرغ تمام شود.

## مرحله آخر: راتا مرغ را سرو کنید

پس از تمام شدن مایه و آماده شدن این فینگرفود مجلسی، تمام قطعات راتای مرغ را در ظرف سرو بچینید. برای تزیین راتای مرغ، بسته به سلیقه و خلاقیت می‌توانید از گوجه گیلاسی، زیتون بدون هسته، برش‌های ظریف لیموترش تازه یا جعفری و شوید تازه استفاده کنید.