

طرز تهیه قنبر پلو ؛ سحری معروف شیرازیها

قنبر پلو غذایی خوشمزه است که شیرازیها آن را برای سحری درست می‌کنند. در ادامه با طرز تهیه قنبر پلو آشنا می‌شوید.

در شیراز قدیم، غلامانی با پوستهای تیره‌تر را قنبر می‌نامیدند. نخستین بار که آشپز یکی از اربابان معروف شیراز، پلوی مخلوطی با کشمش و رب انار پخت و آن را نزد ارباب خود برد، ارباب تعجب کرد و گفت که این قنبرپلو دیگر چیست که تو پخته‌ای؟! منظور ارباب از قنبرپلو، تیرگی رنگ برنج به دلیل وجود کشمش و رب انار در آن بود. از آنجا که ارباب، این پلوی مخلوط را پسندید، از آن پس نام قنبرپلو برای این غذای سنتی و اصیل شیراز، انتخاب شد. برای درست‌کردنش چی لازم داریم؟

مواد لازم برای ۴ نفر

برنج: ۳ پیمانه

آب: ۴ و نیم پیمانه

گوشت چرخ‌کرده: ۳۰۰ گرم

پیاز متوسط: ۲ عدد

گردوی خردشده: یک‌چهارم لیوان

کشمش پلویی: نصف لیوان

زعفران دم‌کرده: ۲ قاشق غذاخوری

نمک: به میزان لازم

فلفل سیاه: نصف قاشق چای‌خوری

زردچوبه: نصف قاشق چای‌خوری

روغن: ۳ قاشق غذاخوری



طرز تهیه قنبر پلو شیرازی

۱. برنج را حدود ۲ ساعت در آب ولرم خیس کنید.
۲. تا برنج خیس می‌خورد، مواد میانی قنبر پلو را آماده کنید.
۳. گوشت چرخ‌کرده، نصف قاشق چای‌خوری نمک، فلفل سیاه و زردچوبه را با هم ورز بدهید.
۴. با گوشت، توپک‌های کوچکی به اندازه یک فندق درست کنید.
۵. گوشت‌های قلقلی را در روغن داغ سرخ کنید.
۶. گوشت‌ها که کاملاً سرخ شدند، آنها را از تابه خارج کنید.
۷. پیازها را به صورت خلال‌های نازک خرد کنید.
۸. پیازهای خلالی را داخل همان تابه گوشت تفت بدهید تا کمی طلایرنگ بشوند.
۹. پیازها که طلایی شدند، گردوها را هم داخل تابه بریزید و با پیاز، کمی تفت بدهید. حالا می‌توانید گوشت‌های قلقلی سرخ‌شده را به تابه برگردانید و همه مواد را با همدیگر، تفت بدهید.
۱۰. در این مرحله، کشمش، رب انار و زعفران را هم داخل تابه بریزید و بعد از ۲ دقیقه که تمام مواد میانی را تفت دادید، حرارت

را خاموش کنید.

۱۱. آب برنج که کاملاً کشیده شد، داخل یک قابلمه مناسب، ته‌دیگ بچینید. سپس یک لایه برنج و یک لایه از مواد گوشتی را داخل قابلمه بریزید و این کار را لایه به لایه تکرار کنید تا برنج و مایه گوشتی، تمام بشود.

۱۲. اجازه بدهید تا قنبرپلو حدود ۴۵ دقیقه با حرارت ملایم دم بکشد و تمام، غذای شما آماده است.

۱۳. در صورت تمایل کمی شیره به مایه گوشتی اضافه کنید.