

طرز تهیه کامل عدس پلو مجلسی

3 شهریور 1403

عدس پلو یکی از غذاهای خوشمزه ایرانی است که اکثرا می توانید آن را در میان نذری ها مشاهده کنید. در ادامه روش تهیه کامل و خوشمزه عدس پلو جا افتاده با نکات تکمیلی بیان شده است.

مواد مورد نیاز جهت تهیه عدس پلو

قبل از شروع مرحله اول مواد لازم عدس پلو را با مقیاس های مد نظر آماده کنید:

برنج ۳ پیمانه

عدس ۱/۵ پیمانه

گوشت چرخ کرده ۳۰۰ گرم

پیاز داغ نگینی خرد شده ۲ قاشق غذاخوری

کشمش پلویی ۱ پیمانه

خرما چند عدد

دارچین ۲ قاشق چایخوری

نمک به مقدار لازم

روغن به مقدار لازم

زعفران آب کرده به مقدار لازم

زردچوبه به مقدار لازم

فلفل سیاه به مقدار لازم

طرز تهیه کامل عدس پلو مجلسی

ابتدا با ترکیبات اصلی یعنی برنج و عدس طرز تهیه عدس پلو را شروع میکنیم:

مرحله اول : برنج ها و عدس ها را بشورید و اجازه دهید تا چند ساعت خیس بخورند.

مرحله دوم :سپس ۲ قاشق غذاخوری پیاز داغ را با گوشت چرخ کرده مخلوط کنید.

مرحله سوم : زردچوبه را نیز اضافه کنید و بر روی حرارت قرار دهید تا کاملا گوشت با پیاز تفت داده شود و آب گوشت جمع شود.

مرحله چهارم : یک پیمانه آب به گوشت اضافه کنید و اجازه دهید تا گوشت با حرارت ملایم به مدت نیم ساعت بپزد.

مرحله پنجم : دارچین و زعفران دم کرده و همراه با فلفل سیاه را هم به گوشت اضافه کنید.

مرحله ششم : کشمش های تمیز شده را در ظرفی دیگر با مقداری آب بخیسانید.

مرحله هفتم : کشمش های خیس شده را در مقداری روغن تفت دهید. کشمش هم نباید زیاد تفت داده شود و در حین تفت دادن هم می توانید کمی دارچین به آنها اضافه کنید.

مرحله هشتم :خرما ها را از هسته در بیاورید و در ۱ قاشق غذا خوری روغن تفت دهید.

مرحله نهم :در یک قابلمه آب جوش عدس ها را بریزید تا نیم پز شوند.

نکته: برای وا نرفتن عدس مقداری نمک به آن اضافه کنید و اجازه بدهید که در ۵ دقیقه اول با حرارات بالا به جوش بیاید سپس شعله را کم کنید و درب قابلمه را نگذارید تا عدس ها له نشود.

مرحله دهم :در یک قابلمه دیگر آب جوش برنج های شسته شده را بریزید.

مرحله یازدهم :آب عدس را بعد از نیم پز شدن جدا کنید و به برنج در حال جوش اضافه کنید.و سپس مواد داخل ظرف را هم بزنید.

مرحله دوازدهم :بعد از نیم پز شدن برنج در داخل آبکش بریزید تا آب آن جدا شود در قابلمه ای که میخواهید برنج را دم کنید ته دیگ مورد نظرتان را با کمی روغن بچینید و برنج و عدس مخلوط شده را با کف گیر وارد قابلمه کنید و حرارت را کمی زیاد کنید تا برنج بخار کند.

مرحله سیزدهم :برنج که دم کشید حرارت را کم کنید و دم کنی را روی آن قرار دهید تا ۴۵ دقیقه که پلو بپزد و هنگامی که برنج آماده شد روی برنج را با گوشت چرخ کرده ، خرما و کشمش آماده شده تزیین و سرو نمایید.

نکات طلایی در تهیه عدس پلو

از زعفران به اندازه کافی استفاده کنید تا عدس پلو شما خوشرنگ و خوشمزه شود. استفاده از پودر تخم گشنیز و پودر زیره سبز به گوشت بوی زهم آن را می گیرد و عدس پلو را خوشمزه تر می کنید.

برای تزیین عدس پلو از خلال پسته و خلال بادام نیز استفاده کنید.

اگر بخواهید عدس پلو را بدون گوشت،تهیه کنید باید مراحل تهیه مایه گوشت را حذف کنید و بقیه مراحل را طبق دستور انجام دهید.

برای تهیه عدس پلو با مرغ، باید ابتدا مرغ را با یک عدد پیاز خرد شده، مقداری نمک ، فلفل و زعفران بپزید و بعد استخوان های آن را خارج کرده و مرغ را ریش و ریش کنید و به همراه عدس و پیاز داغ لابه لای برنج آبکش شده ، دم کنید.

میزان عدس را بر طبق ذائقه تان میتوانید کم و یا زیاد کنید.