

طرز پخت آش آلوچه

29 فروردین 1403

مواد لازم

برنج ریز - ۱ استکان

نخود - ۱ لیوان

لوبیا - ۱ لیوان

سبزی (آش) پاک کرده - ۱ کیلوگرم

پیاز - ۴ عدد

آلو ترش - ۱ کیلوگرم

نعنا خشک - ۴ قاشق غذا خوری

نمک و فلفل و زرد چوبه - به مقدار لازم

طرز تهیه

نخود و لوبیارا از شب قبل خیس کرده. ابتدا پیاز را نگینی خرد کرده و تفت میدهم. برنج را شسته و به همراه آب به پیاز اضافه می کنیم و مدتی بعد نخود و لوبیا را به آن اضافه میکنیم. وقتی نخود و لوبیا نرم شد سبزی آش را به آن اضافه میکنیم.

آلوی ترش را در یک قابلمه دیگر ریخته و بایک استکان آب روی شعله ملایم قرار میدهم. تا آلوها نرم شود.

وقتی آلوها آماده شد به مواد آش اضافه میکنیم. و نمک و فلفل را نیز اضافه میکنیم. اجازه میدهم آش جابفتد و لعاب دار شود. (می توان از سبوس برنج نیز برای لعاب آش استفاده کرد).

پیاز را خلالی خرد کرده و تفت میدهم. نعنا خشک را نیز تفت میدهم. مقداری زردچوبه هم تفت میدهم.

زردچوبه و مقداری پیاز داغ را ۱۰ دقیقه قبل از اتمام پخت به آش اضافه میکنیم. تا عطر و طعم پیاز در آش مشخص باشد.

وقتی آش آماده شد با پیاز داغ باقیمانده و نعنا داغ و نخود و لوبیا آش را تزیین میکنید. و نوش جان فرمایید.