آشنایی با روش تهیه و پخت خورشت هویج و کلم سفید

21 مهر 1403

شاید بسیاری انواع خورشت‌های ایرانی را تنها محدود به تعدادی خورشت خاص مانند قورمه سبزی، قیمه و ... بدانند، اما باید گفت دنیای خورشت‌ها بسیار گسترده است و با مواد متنوعی از جمله هویج می‌توان غذاهایی خوشمزه تهیه کرد.

خورشت‌هایی مانند هویج و کلم سفید که طعمی متفاوت را به شما و خانوادتان ارمغان می‌دهد.

مدت زمان آماده سازی: یک ساعت

مدت زمان پخت:۲ ساعت

برای: ۳ نفر

مواد لازم:

سینه مرغ: ۳ عدد

پیاز خلالی:۲عدد

سیر خردشده:۲یا ۳ عدد

هویج خلالی: ۳عدد

کلم برگ خردشده:یکلیوان

نمک، زردچوبه، زعفران، پاپریکا، پودر سیر، فلفل سفید: به میزان لازم

رب گوجه فرنگی: ۲ قاشق غذاخوری

آب جوش: یک لیوان

روش تهیه:

۱: ابتدا پیاز و سیر را سرخ کنید. بعد مرغ‌ها را داخل قابلمه بریزیدو با کمی روغن تفت دهید.

۲: حالا زعفران و زردچوبه و دیگر ادویه‌ها را به مواد بیفزایید و آن ها را نیز تفت دهید. یک لیوان آب

جوش داخل موادبریزید و بگذارید تا خورشت با حرارت ملایمبپزد.

۳: در این مرحله هویجو کلم برگ را با کمی کره تفت دهید. به آنها نیز مقداری نمک، فلفل ، پودرسیر ، پاپریکا و زعفران اضافه کنید. رب را داخل تابه ریخته و هم بزنید تا سرخ شود.

۴: خورشت که نیم پز شد، مخلوط کلم و هویج را به آن بیفزایید. شعله را کم کنید و تا خوب پخته و روغن بیندازد.

نکته:

باتوجه به اینکه کلم ممکن است باب میل همه نباشد، می‌توانید آنرا با هویج مخلوط نکنید و آن را جداگانه پخته و سرو کنید.

** **سعیده مرادی**