

خوراک گوشت ترکی

6 اردیبهشت 1404

خوراک‌ها غذاهای متنوعی هستند که با انواع مواد غذایی مانند حبوبات، گوشت، مرغ و سبزیجات و روش‌های طبخ گوناگون تهیه می‌شوند و در سفره غذای ایرانی‌ها جایگاه خود را دارند.

خوراک گوشت ترکی یکی از خوراک‌های سنتی و محبوب ترکی است که طرفداران زیادی دارد. این خوراک مقوی از ترکیب گوشت با سیب زمینی، فلفل دلمه‌ای، پیاز، سیر و... تهیه می‌شود و بدون نیاز به روغن و داخل فر طبخ می‌شود، به همین دلیل یک غذای سالم و پر انرژی است. اگر از درست کردن غذاهای تکراری خسته شده‌اید و دوست دارید برای اعضای خانواده غذای جدید و درعین حال خوشمزه تهیه کنید، در ادامه این مطلب با طرز تهیه خوراک گوشت ترکی همراه ما باشید.

مواد لازم

سیب زمینی درشت: ۱ عدد
فلفل دلمه‌ای رنگی خرد شده: ۱ پیمانه
مخلوط پیاز سفید و قرمز خرد شده: ۱ پیمانه
گوشت گوسفندی بدون چربی: ۳۰۰ گرم
فلفل سبز و فلفل قرمز: ۲ عدد
سر: ۴ حبه
رب گوجه فرنگی: ۲ قاشق غذاخوری
آب جوش: ۲ لیوان
نمک، فلفل سیاه، فلفل قرمز، پل بیبر و زردچوبه: به میزان لازم

طرز تهیه:

رای درست کردن این خوراک خوشمزه ابتدا سیب زمینی را پوست و به صورت مکعبی خرد کنید. ظرف موردنظر مخصوص فر را آماده کنید. سیب زمینی‌های خرد شده را داخل ظرف بریزید. پیاز خرد شده، فلفل دلمه‌ای خرد شده، حبه سیر پوست گرفته شده، فلفل سبز خرد شده و گوشت گوسفندی خرد شده را اضافه کنید و هم بزنید.

رب گوجه فرنگی را همراه با نمک، فلفل سیاه و قرمز، زردچوبه و پل بیبر مخلوط کنید و آب جوش را اضافه کنید و هم بزنید تا مخلوط شوند. حالا این ترکیب را به مواد داخل ظرف اضافه کنید و خوب هم بزنید تا همه مواد به سس آغشته شود. روی ظرف فویل بکشید و ظرف را داخل فر ۱۷۰ درجه سانتیگراد به مدت ۲ تا ۳ ساعت قرار دهید تا مواد بپزد. هر یک ساعت یکبار مواد را زیرو کنید تا به صورت یکنواخت پخته شوند. بعد از این مدت زمان خوراک گوشت ترکی خوشمزه ما آماده سرو است، نوش جان.