

خورشت کدو حلوائی

پاییز فصل کدو حلوائی است و خوراکی‌های خوشمزه‌ای از جمله سوپ کدو حلوائی، کوکو و سالاد کدو حلوائی درست کنید که حتی کودکانی که چندان رغبتی به مصرف آن ندارند، شیفته این غذاها شوند. خورشت کدو حلوائی با گوشت، یک غذای زمستانی بسیار جذاب است که می‌تواند به برنامه غذایی شما تنوع ببخشد.

مواد لازم برای تهیه خورشت کدو حلوائی

- گوشت خورشتی 300 گرم
- کدو حلوائی یک کیلوگرم
- پیاز دو عدد
- آلو بخارا 100 گرم
- زعفران (حل شده در آب) یک و نیم قاشق غذاخوری
- رب گوجه-فرنگی یک و نیم قاشق غذاخوری
- دارچینیک قاشق چای‌خوری
- روغن مایع به مقدار لازم
- نمک به مقدار لازم
- فلفل به مقدار لازم

طرز تهیه خورشت کدو حلوائی

مرحله اول

برای تهیه خورشت کدو حلوائی خوشمزه، باید قبل از هرکاری کدو را بشویید و پوست بکنید. سپس کدو را به صورت هلال‌های کوچک خرد کنید، اما مراقب باشید آنقدر باریک خرد نشود که بعد از پخت چیزی از آن در خورشت دیده نشود.

مرحله دوم

پیازداغ فراوان، یکی دیگر از کلیدهای جا افتادن و خوشمزه شدن این خورشت است. پس یک عدد از پیازها را به صورت ریز خرد و در روغن سرخ کنید تا کمی طلایی رنگ شود. سپس کدوها را به پیاز اضافه کنید و همراه با آن تفت دهید.

مرحله سوم

پیاز دیگر را به صورت خالی خرد کنید. داخل قابلمه‌ای روغن بریزید و آن را روی حرارت قرار دهید. پیاز خردشده را در روغن سرخ کنید. تکه‌های گوشت را به پیاز اضافه کنید و با پیاز تفت دهید.

مرحله چهارم

خورشت کدو حلوائی بدون عطر و رنگ زعفران قطعا چیزی کم دارد. پس حالا دو لیوان آب جوش و زعفران را روی مخلوط گوشت و پیاز بریزید و در ظرف را بگذارید تا گوشت بپزد. حرارت زیر قابلمه را کم کنید.

مرحله پنجم

آلوها را خوب بشوید و نیم ساعت در آب بخیسانید. در مراحل پایانی پخت گوشت، آلوها را به همراه رب گوجه فرنگی اضافه به گوشت اضافه کنید و دو ساعت دیگر روی حرارت بگذارید.

مرحله ششم

کدو، نمک و فلفل را در قابلمه بریزید و 15 تا 20 دقیقه بعد قابلمه را از روی گاز بردارید. خورشت کدو حلوائی با گوشت را همراه با کته یا برنج آبکش سرو کنید و از طعم خاصش لذت ببرید.