سوپ مرغ مجلسی و خانگی خوش طعم

4 آبان 1402

مواد اولیه لازم برای سوپ مرغ

سینه مرغ	نصف سینه مرغ تقریبا 250 گرم
هویج	2 عدد متوسط
پیاز	2 عدد متوسط
سیب زمینی	یک عدد
سبزی جعفری	50 گرم
قارچ	300 گرم
رب	2 قاشق برای خوش رنگ کردن
سیر	1 حبه
فلفل	به مقدار لازم
نمک	به مقدار لازم
زردچوبه	به مقدار لازم

دستور تهیه سوپ مرغ مجلسی :

مرحله اول :

مقداری روغن در تابه می ریزیم و پیاز را به صورت ریز خرد می کنیم و داخل تابه می ریزیم و آن را تفت می دهیم.

مرحله دوم :

حدود دو لیوان آب درون قابلمه مناسب ریخته و سینه مرغ را به آن اضافه کنید و برای از بین بردن بوی ضخم مرغ از پیاز، زردچوبه، فلفل و یک حبه سیر استفاده کنید و سپس روی شعله مناسب قرار دهید تا مرغ حالت نیم پز به خود بگیرد.این کار حدود 45 دقیقه زمان می برد.

مرغ را خارج کنید و آن را ریش‌ریش کنید و در ظرفی نگهداری کنید و آب مرغ را نیز برای ادامه کار نگهداری کنید.

مرحله سوم:

هویج ها را یا به صورت نگینی خرد می کنیم و یا با رنده بزرگ رنده می کنیم و سپس آن را به تابه ای که پیاز در آن تفت داده شده است اضافه می کنیم و همراه پیاز تفت می دهیم و این نکته را در نظر داشته باشید که مواد نباید سرخ شود چون خاصیت آن از دست می رود.

مرحله چهارم :

مرغ ریش‌ریش شده را به تابه ای که **هویج** و پیاز در آن تفت داده شده بود اضافه می کنیم و تفت میدهیم تا کامل باهم مخلوط شوند. سپس نمک و فلفل به آن اضافه می کنیم و کمی دوباره تفت می دهیم.

مرحله پنجم :

آب مرغ نگهداری شده از مرحله دوم را صاف می کنیم و کف آن را خارج می کنیم و **سیب** زمینی را به صورت مربع خرد می کنیم و داخل آن میریزیم و سپس پیاز ، هویج و مرغ تفت داده شده را به داخل قابلمه میریزیم و در حرارت مناسب می گذاریم تا پخته شود.

مرحله ششم:

قارچ ها را در اندازه های مناسب ریز می کنیم و داخل تابه ای به همراه روغن (روغن زیتون بهتر) تفت می دهیم و به آن نمک و فلفل میریزیم و در آخر رب گوجه را به آن اضافه می کنیم و مقداری تفت می دهیم.

مرحله هفتم :

بعد از اینکه قارچ ها خوب تفت داده شد آن را درون قابلمه ریخته و کمی مواد داخل قابلمه را مخلوط می کنیم و مقداری آب داخل قابلمه ریخته و شعله را کم می کنیم تا خوب جا بیفته و سپس جعفری را به آن اضافه می کنیم.

سوپ مرغ شما آماده است می توانید نوش جان کنید.

نکات تهیه سوپ مرغ مجلسی :

- می توانید از جو نیز در این سوپ استفاده کنید که در این صورت یک پیمانه جو را 5 الی 6 ساعت قبل از تهیه سوپ خوب خیس بدهید.اگر وقت کافی نداشتید می توانید به جای جو از جو پرک استفاده کنید.
- سعی کنید مواد غذایی موجود در این سوپ را به جای سرخ کردن تفت دهید که اینکار باعث

می شود تمام خاصیت آن حفظ شود.

- برای اینکه سوپ مرغ لعاب خوبی بگیرید می توانید مقداری رشته سوپی را به آن اضافه کنید.