

# طرز تهیه خورش جعفری

خورش جعفری یکی از غذاهای بسیار محبوب و دلچسب گیلانی است که طرز تهیه بسیار ساده ای دارد و طعم لذیذ آن به گونه ای است که با انواع مختلف ذائقه ها هماهنگی پیدا می‌کند.

## مواد لازم برای ۴ نفر

گوشت مرغ (ران، سینه یا فیله) یا گوشت چرخ کرده ۵۰۰ گرم  
پیاز ۲ عدد

سبزی جعفری سرخ شده ۳۰۰ گرم

پرک [لیمو عمانی](#) یا آبغوره نصف پیمانه

بادمجان سرخ شده

زعفران دم کرده به مقدار لازم

نمک و فلفل سیاه به مقدار لازم

## طرز تهیه خورش جعفری

### مرحله اول

برای تهیه خورش جعفری مجلسی ابتدا جعفری را تمیز بشوید و بگذارید خشک شود و بعد ریز خرد و ساطوری کنید، سپس جعفری را در تابه به همراه روغن روی حرارت ملایم خوب تفت دهید تا رنگ سبزی کمی تیره شود.

### مرحله دوم

بعد پیازها را نگینی خرد کنید و در یک تابه مقداری روغن بریزید و روی حرارت ملایم قرار دهید، وقتی روغن داغ شد، پیازها را در آن تفت دهید تا پیاز سبک و کمی طلایی رنگ شود.

### مرحله سوم

سپس زردچوبه را به پیاز اضافه کنید و دوباره تفت دهید تا خوشرنگ شود، بعد نمک و فلفل سیاه را هم روی مواد بریزید و ۱ تا دو دقیقه تفت دهید تا عطر ادویه‌ها آزاد شود.

### مرحله چهارم

در این مرحله تکه‌های مرغ را که به دلخواه و سلیقه خودتان از سینه، ران یا فیله مرغ انتخاب کرده‌اید در اندازه‌های دلخواه خرد کنید و در پیازها بریزید و تفت دهید تا خوب سرخ شوند. در این غذا می‌توان به جای مرغ از گوشت چرخ کرده استفاده کرد.

### مرحله پنجم

حالا جعفری سرخ شده را به تکه‌های مرغ اضافه کنید و با هم کمی دیگر تفت دهید، تا خوب با هم مخلوط شوند و رنگ سبزی کمی تیره شود و عطر و طعم سبزی با مرغ‌ها ترکیب شود.

#### مرحله ششم

مقداری زعفران را همراه با کمی آب جوش بگذارید تا دم بکشد و بعد روی مرغ‌ها بریزید تا عطر و طعم و رنگ زعفران کاملا به خورد مواد رود و مرغ‌ها طلایی و خوشرنگ شوند.

نکته: مقدار زعفران به سلیقه و ذائقه خودتان بستگی دارد.

#### مرحله هفتم

بعد مقداری آب به مواد اضافه کنید و درب ظرف را ببندید تا نیم ساعت با هم بپزند، بعد از این مدت پرک لیمو عمانی را به خورشت اضافه کنید و دوباره یک ساعت اجازه دهید بپزد.

نکته: حتما از پرک لیمو عمانی یا پودر داخل لیمو عمانی استفاده کنی چون پوست لیمو عمانی خورشت را تلخ می‌کند.

#### □مرحله هشتم

بعد از اینکه خورشت جعفری خوب پخته شد و جا افتاد از روی حرارت بردارید و به آن بادمجان‌ها را اضافه کنید و در ظرف مناسب بکشید و همراه با پلو و [سالاد](#) و ترشی و انواع دورچین سرو کنید و لذت ببرید.