

طرز تهیه دوگوله کباب اراکی

2 اسفند 1403

کباب دوگوله مثل کباب تابه ای یکی از بهترین و راحت‌ترین غذاها با گوشت چرخ کرده برای وعده ناهار یا شام است. کباب دوگوله را می‌توانید با برنج یا نان و سبزی خوردن سرو کنید.

دو گوله کباب یک غذای خوشمزه و سنتی اصالتاً اراکی است که به عنوان غذای شب عید یا غذای شب یلدا در اراک، تهیه و سرو می‌شود. درست کردن دوگوله کباب که آن را برای درمان یبوست و پاکسازی کبد یک غذای مفید می‌دانند، بسیار ساده است و کافی است گوشت چرخ کرده را با پیاز رنده شده، سبزی خشک ریحان، مغز گردو و رب انار درست کنید و آن را مثل انواع کوفته، فرم داده و در سس دوگوله کباب، بپزید.

در اصل دوگوله کباب یک کباب تابه‌ای است که بعد از فرم دادن گوشت در یک سس لذیذ متشکل از رب انار و مغز گردو و پیاز داغ، پخته و در نهایت با نان یا برنج سرو می‌شود. در این مقاله ما طرز تهیه دوگوله کباب اراکی و نکات پخت و خوشمزه شدن این غذا به عنوان یک غذا با گوشت چرخ کرده را برای ناهار یا غذای شام به شما آموزش خواهیم داد.

مواد لازم برای تهیه دوگوله کباب اراکی (برای ۲ تا ۳ نفر)

گوشت چرخ کرده مخلوط: ۲۵۰ گرم

پیاز: ۲ عدد متوسط

رب انار: ۴ قاشق غذاخوری

سماق: ۲ قاشق غذاخوری

سبزی خشک ریحان: ۱ قاشق غذاخوری

مغز گردو (ریز خرد شده): ۱۵۰ گرم

آب: ۲ لیوان فرانسوی دسته‌دار

زردچوبه، نمک و فلفل سیاه: به مقدار لازم

روغن: به مقدار کافی

نان یا برنج: برای سرو دوگوله کباب

سبزی خوردن، سالاد و ترشی: برای سرو دوگوله کباب

مدت زمان آماده سازی و استراحت مواد اولیه: ۱ ساعت

مدت زمان مورد نیاز برای پخت دو گوله کباب: ۱ و نیم ساعت

مراحل طرز تهیه دو گوله کباب اراکی



دکتر رویا درویش پیشه- حال خوب

کباب دوگوله مثل کباب تابه ای یکی از بهترین و راحت ترین غذاها با گوشت چرخ کرده برای وعده ناهار یا شام است. کباب دوگوله را می توانید با برنج یا نان و سبزی خوردن سرو کنید. در ادامه مرحله به مرحله طرز تهیه دوگوله کباب را به ترتیب زیر دنبال کنید.

مرحله اول: پیاز را تفت دهید

در ابتدا برای تهیه دوگوله کباب، بهتر است سس آن را درست کنید. برای درست کردن سس، یکی از پیازها را پوست بگیرید و به صورت خالصی باریک یا نگینی ریز خرد کنید. در یک تابه مقداری روغن بریزید و روی حرارت بگذارید تا داغ شود. سپس پیازهای خالصی یا نگینی را در روغن داغ، تفت دهید تا سبک و طلایی شوند.

مرحله دوم: مواد سس دوگوله کباب را آماده کنید

بعد از سرخ شدن پیازها، روغن اضافی داخل تابه را بگیرید تا بقیه مواد با روغن گردو بپزند. سپس ادویه های غذا شامل زردچوبه، فلفل سیاه و نمک را اضافه کنید و مواد را هم بزنید.

سماق و مغز گردوی خرد شده را هم اضافه کنید و به مدت ۱ تا ۲ دقیقه تفت دهید تا طعم خام ادویه ها

و گردو، گرفته شود ولی مراقب باشید که گردوها نسوزند و تلخ نشوند.

مرحله سوم: سس دوگوله کباب را بپزید

در ادامه، ۲ لیوان دسته‌دار فرانسوی، آب سرد (جوش و ولرم نباشد) به تابه اضافه کنید و گردوها را در آب هم بزنید. بعد، بقیه رب انار را اضافه کنید و همه مواد را هم بزنید. شعله را روی حرارت متوسط تنظیم کنید تا آب شروع به جوشیدن کند. بعد از جوش آمدن آب، درب تابه را ببندید و روی حرارت ملایم تنظیم کنید تا سس کمی غلیظ شود و جا بیفتد.

مرحله چهارم: مایه دوگوله کباب را آماده کنید

در این مرحله یکی از پیازهای باقی‌مانده را با رنده متوسط، رنده کنید و آب آن را با دست بگیرید. تفاله پیازها را در یک کاسه بریزید و گوشت چرخ کرده را به آن اضافه کنید. ریحان خشک را بین دست‌هایتان پودر کرده و به گوشت بیفزایید. ۱ قاشق غذاخوری از گردوی خرد شده و نصف قاشق غذاخوری رب انار (طرز تهیه رب انار) در کاسه بریزید.

مرحله پنجم: مواد کباب را ورز داده و استراحت دهید

در ادامه، نمک، فلفل سیاه، زردچوبه و ادویه‌های دلخواه را اضافه کنید. همه مواد کباب دوگوله را با دست، به مدت ۵ تا ۱۰ دقیقه ورز دهید تا کاملاً منسجم شود. سپس روی ظرف را با سلفون بپوشانید و در یخچال قرار دهید تا حالت چسبندگی بگیرند. مایه کباب را به مدت ۳۰ دقیقه تا ۱ ساعت (وقتی سس در حال پخت است)، در یخچال استراحت دهید تا منسجم شود.

مرحله ششم: کباب دوگوله را سرخ کنید

بعد از اینکه مایه کباب دوگوله، خودش را گرفت، ظرف را از یخچال بیرون بیاورید. یک کاسه آب و یک سینی کوچک، دم دستتان بگذارید. کف دستتان را با آب، خیس و مرطوب کنید. به اندازه یک نارنگی از مایه گوشت چرخ کرده بردارید و به شکل بیضی، بین دست‌هایتان فرم دهید.

مایه کباب دوگوله را صاف نکنید تا ضخامت کمی داشته باشد. مثلاً اندازه کباب‌ها در حد ۱۰ تا ۱۵ سانتی‌متر و قطر ۳ سانتی‌متر باشد، مناسب است. همه کباب‌های دوگوله را به همین روش، درست کنید و در یک سینی، کنار بگذارید.

مرحله هفتم: دوگوله کباب را سرخ کنید

بعد از فرم دادن کباب‌ها، در یک تابه جدا، مقداری روغن بریزید و روی حرارت بگذارید (می‌توانید از روغن اضافه‌ای که پیاز را در آن سرخ کرده بودید، استفاده کنید) تا داغ شود.



سپس کباب‌هایی را که فرم دادید، در تابه بگذارید تا یک طرف آنها سرخ شود. شعله را روی حالت متوسط تنظیم کنید. یک سمت کباب‌ها که سرخ شد، آنها را برگردانید. همه اطراف کباب‌ها را سرخ کنید تا طلایی شوند.

مرحله هشتم: دوگوله کباب را در سس بگذارید

بعد از سرخ کردن کباب‌ها، آنها را در سسی که غلیظ شده و روغن انداخته است، بگذارید. کباب‌ها نباید روی هم قرار بگیرند و بهتر است کمی فاصله داشته باشند. درب تابه حاوی کباب دوگوله را باز بگذارید تا کباب‌ها، طعم سس بگیرند و مغزپخت شوند. حدود نیم ساعت، کباب‌ها را در سس بپزید و هر از گاهی به آنها سر بزنید تا سس کباب، تمام نشود.

مرحله آخر: دوگوله کباب را سرو کنید

کباب دوگوله اراکی که پخت و سس آن غلیظ شد، آنها را در یک ظرف سرو بریزید. دوگوله کباب را می‌توانید با برنج آبکش، برنج کته یا نان، سبزی خوردن، ترشی (طرز تهیه انواع ترشی) و سالاد دلخواه (طرز تهیه انواع سالاد) میل کنید.