

# آلو قیسی پلو ؛ غذای شمالی ( گیلانی )

**مواد لازم برای دو نفر :**

دو پیمانه پلو پز برنج ایرانی از قبل خیسانده شده

آلو و قیسی به هر تعدادی که دوست دارید من از ۵ عدد قیسی و ۷ عدد آلو استفاده کردم

یک عدد سینه ی کوچک مرغ پخته و ریش شده

سیب زمینی نگینی سرخ شده دو عدد متوسط

پیاز سرخ شده دو عدد درشت

رب گوجه فرنگی یک قاشق غذاخوری سرخالی

زعفران دم کرده نصف استکان

آب مرغ برای پختن برنج یا عصاره ی مرغ مگی

نمک و فلفل و زردچوبه به میزان لازم

**طرز تهیه :**

ابتدا مرغ را پخته قطعه قطعه کوچک یا ریش ریش کنید . نباید زیاد نازک ریش بشه . یکمی درشت تر باشه . آب مرغ را هم کنار بگذارید برای پخت برنج . بعد سیب زمینی ها رو نگینی سرخ کرده و بریزید روی مرغ ریش شده . پیاز ها را سرخ کنید .

آلو و قیسی را در مقداری روغن دو سه دقیقه تفت دهید . بعد یک قاشق رب گوجه رو با اونها مخلوط کنید و کمی تفت بدین تا بوی خامی رب بره و بعد کمی آب مرغ بریزید توش به اندازه ای که تا لبه آلو قیسی ها بیاد بالا و یک قاشق از پیاز سرخ شده ها رو هم باهاش قاطی کنید و درپوش دیگ رو بذارید تا آلو قیسی ها بپزه و آب خورش کشیده بشه و بعد با بقیه مواد به همراه پیازهای سرخ شده قاطی کنید .

مواد رو هم بزنیید تا با هم قاطی بشن . بعد برین سراغ برنج ...

آب مرغ یا عصاره مرغ مگی رو بریزید توی برنج اگر کافی نبود آب اضافه کنید و به اندازه نمک بزنیید و برنج را کمی زنده تر آبکش کنید و بعد از آبکش کردن مواد رو با برنج قاطی کرده و کف قابلمه را نان لواش یا سبب زمینی گذاشته و برنج مخلوط را توی آن ریخته و دم کنید .

**نکته :** موقع ریختن مواد توی قابلمه فقط حواستون جمع باشه که آلو و قیسی ها کف و اطراف و روی برنج قرار نگیرند و سعی کنید توی دل برنجهای قایمشون کنید چون اگر بیرون بمونند یا به اطراف یا ته دیگ بچسبند خشک میشن .

دکتر کبری درویش پیشه  
مرکز مشاوره

# حال خوب

ازدواج ، طلاق ، خانواده ، تحصیلی  
قزوین ، خیابان شهید بابایی، مقابل دادگستری قزوین

باتعین وقت قبلی

۰۹۱۰۲۹۰۴۷۵۸  
۰۲۸۳۳۶۷۲۷۵۰