

# اگر بادمجان دوست دارید حتما این کوکو را درست کنید

23 خرداد 1405

کوکوی بادمجان یکی از کوکوهای محبوب ایرانی است که به دلیل بافت نرم، طعم دلپذیر و ترکیب ساده مواد اولیه، جایگاه ویژه‌ای در سفره‌های خانگی دارد.

در طرز تهیه کوکوی بادمجان می‌توان از بادمجان کبابی یا سرخ‌شده استفاده کرد که هرکدام طعم و بافت متفاوتی به غذا می‌دهند.

## مواد لازم

بادمجان ۴ عدد  
تخم مرغ ۳ عدد  
پیاز (اختیاری) ۱ عدد  
سیر (اختیاری) ۱ حبه  
زردچوبه ۱ قاشق مرباخوری  
نمک به مقدار لازم  
فلفل سیاه به مقدار لازم  
آرد سوخاری یا آرد سفید ۲ قاشق غذاخوری  
روغن برای سرخ کردن به مقدار لازم

## طرز تهیه

مرحله اول: آماده‌سازی بادمجان



مرکز مشاوره خانواده حال خوب

دکتر رویا درویش پیشه

برای شروع بادمجان‌ها را پوست بگیرید و به صورت حلقه‌ای یا طولی خرد کنید. روی آن‌ها کمی نمک بپاشید و ۲۰ تا ۳۰ دقیقه استراحت دهید تا تلخی بادمجان گرفته شود. سپس آن‌ها را آبکشی کرده و با یک دستمال، کاملاً خشک کنید تا هنگام سرخ شدن روغن کمتری جذب کنند.

### مرحله دوم: سرخ کردن اصولی بادمجان

در ادامه، بادمجان‌ها را در مقدار مناسبی روغن داغ با حرارت متوسط سرخ کنید تا کاملاً نرم شده و سطح آن‌ها طلایی شود. پس از سرخ شدن، بادمجان‌ها را روی دستمال قرار دهید تا روغن اضافی‌شان گرفته شود. این مرحله نقش مهمی در جلوگیری از چرب شدن بیش از حد کوکو دارد و باعث می‌شود بافت نهایی سبک‌تر و خوش‌خوراک‌تر باشد.

### مرحله سوم: آماده‌سازی مایه کوکو

در این مرحله از طرز تهیه کوکوی بادمجان، بادمجان‌های سرخ‌شده را در ظرفی مناسب با چنگال یا گوشت‌کوب له کنید تا بافتی یکدست پیدا کنند. در ظرفی جداگانه، تخم مرغ‌ها را شکسته و با چنگال یا همزن دستی خوب هم بزنید. سپس آن‌ها را به بادمجان‌های له شده اضافه کنید.

در همین مرحله، پیاز و سیر رنده‌شده (در صورت تمایل)، نمک، فلفل سیاه و زردچوبه را به ظرف اضافه کرده و مواد را کاملاً مخلوط کنید تا مایه کوکو یکدست شود. اگر مایه کمی شل بود یا بادمجان روغن زیادی داشت، مقدار کمی آرد یا آرد سوخاری به آن اضافه کنید تا انسجام بهتری پیدا کند.

## مرحله چهارم: پخت کوکوی بادمجان

در نهایت، یک تابه نچسب را با مقدار کمی روغن روی حرارت متوسط رو به کم قرار دهید تا به خوبی گرم شود. مایه کوکو را داخل تابه بریزید و سطح آن را با پشت قاشق به طور یکنواخت صاف کنید.

اجازه دهید کوکو به آرامی بپزد تا زیر آن ببندد و طلایی شود. این مرحله بسته به ضخامت کوکو معمولا حدود ۱۰ تا ۱۵ دقیقه زمان می برد. سپس با احتیاط آن را برگردانید تا طرف دیگر کوکو هم به همان صورت طلایی و کاملا پخته شود.