

# بادمجان پلو قزوینی ؛ پیشنهاد ویژه برای عاشقان طعم لذیذ بادمجان با برنج

27 مهر 1404

بادمجان پلو یکی از انواع پلو مخلوط سنتی ایرانی است که در شهرهای مختلف ایران مثل قزوین و شیراز به شیوه‌های متنوع طبخ می‌شود. این قاطی پلوی خوشمزه را می‌توانید با مرغ، با گوشت چرخ کرده و حتی بدون گوشت به صورت وگان طبخ و برای غذای ناهار یا وعده شام سرو کنید.

## مواد لازم برای تهیه بادمجان پلو قزوینی با گوشت چرخ کرده

برنج: ۳ لیوان فرانسوی دسته‌دار

بادمجان: ۳ عدد متوسط

گوشت چرخ کرده: ۲۰۰ گرم

پیاز (برای پیاز داغ): ۱ عدد متوسط

گوجه فرنگی: ۴ عدد متوسط

رب گوجه فرنگی: ۱ قاشق غذاخوری

سیر (برای سیر داغ): ۳ حبه

زعفران (دم کرده غلیظ): ۱ قاشق چای‌خوری یا بیشتر

زردچوبه، نمک، فلفل سیاه و ادویه کاری: به مقدار لازم

روغن سرخ کردنی: به مقدار کافی

ماست و ترشی: برای سرو بادمجان پلو

## مراحل طرز تهیه بادمجان پلو به روش رستورانی

بادمجان پلو یک پیشنهاد ویژه به کسانی است که شیفته طعم لذیذ بادمجان با برنج هستند. مراحل طرز تهیه بادمجان پلو قزوینی را دنبال کنید.

مرحله اول: مواد اولیه را آماده کنید

در اولین مرحله از طرز تهیه این قاطی پلوی لذیذ، سه عدد بادمجان را پوست بگیرید و بشویید و به صورت حلقه‌ای برش بزنید. بادمجان‌ها را بعد از برش زدن در آب و نمک به مدت نیم ساعت قرار دهید. این کار کمک می‌کند تا تلخی بادمجان از بین برود. بعد از نیم ساعت بادمجان‌ها را آبکش کنید و اجازه دهید تا آب اضافه آنها خارج شود و کمی خشک شوند.

اگر برنج نیاز به پاک کردن دارد آن را پاک کنید. سپس برنج را چند بار بشویید و آبکشی کنید. در نهایت برنج را در آب و نمک به مدت ۱ تا ۲ ساعت بخیسانید. خیساندن برنج هم به پخت راحت‌تر آن کمک می‌کند و هم باعث می‌شود برنج هنگام پخت حجم بیشتری پیدا کند و یا به اصطلاح ری کند.

می‌توانید برای تهیه انواع برنج و همچنین بادمجان سرخ شده منجمد و آماده به صورت حضوری و اینترنتی از طریق فروشگاه‌های افق کوروش اقدام کنید.

### **مرحله دوم: سیر و پیاز را تفت دهید**

در این فاصله مایه بادمجان پلو را آماده کنید. پیاز را پوست بگیرید و بشویید و با یک چاقوی تیز به صورت نگینی خرد کنید. پیاز را در یک تابه روی حرارت متوسط با مقدار کافی از روغن تفت دهید. پیاز را تا جایی تفت دهید که سبک و طلایی شود.

۳ حبه سیر را پوست بگیرید و بشویید و با رنده رنده کنید یا با سیر له‌کن آن‌ها را به صورت پوره درآورید. سیرهای پوره شده را به تابه اضافه کنید و روی حرارت ملایم با پیاز تفت دهید تا جایی که عطر سیر بلند شود. حواستان باشد که سیر زیاد تفت نخورد چون سریع می‌سوزد و تلخ می‌شود.

### **مرحله سوم: گوشت را تفت دهید**

در این مرحله از طرز تهیه بادمجان پلو، گوشت چرخ کرده را به سیر و پیاز در حال تفت خوردن اضافه کنید. گوشت چرخ کرده را تا جایی تفت دهید که تغییر رنگ دهد و از خامی دربیاید.

### **مرحله چهارم: رب گوجه فرنگی و ادویه را اضافه کنید**

در ادامه دستور تهیه بادمجان پلو به روش قزوینی، ادویه‌ها و چاشنی‌ها را به ترکیب گوشت چرخ کرده و سیر و پیاز اضافه کنید. در ابتدا نمک، فلفل سیاه، زردچوبه و ادویه کاری را در گوجه‌ای از تابه تفت دهید تا از خامی در بیایند و عطر آنها بلند شود.

سپس یک قاشق غذاخوری رب گوجه فرنگی را در روغن تفت دهید تا از خامی درآید و رنگ آن تغییر کند، سپس همه مواد را با هم مخلوط کنید تا عطر و طعمشان با هم ترکیب شود.

### **مرحله پنجم: پوره گوجه فرنگی را آماده و به ترکیب اضافه کنید**

گوجه‌ها را بشویید و سپس به کمک رنده و یا دستگاه غذاساز گوجه‌ها را به شکل پوره درآورید. در این مرحله از طرز تهیه بادمجان لای پلو پوره گوجه را به محتویات تابه روی حرارت اضافه کنید و با آنها ترکیب کنید. حرارت را بالا نگه دارید تا آب اضافه پوره گوجه تبخیر شود، بعد از آن درب تابه را

بگذارید و اجازه دهید با حرارت ملایم همه مواد با هم به خوبی پخته شوند. ۱۰ الی ۱۵ دقیقه کافی است.

### مرحله ششم: بادمجان‌ها را سرخ کنید

در فاصله‌ای که آب پوره گوجه کشیده می‌شود، به سراغ بادمجان‌ها بروید و آنها را تفت دهید. یک تابه دیگر با سایز مناسب روی حرارت قرار دهید و مقداری روغن در آن بریزید و بادمجان‌ها را در آن تفت دهید. بعد از آنکه دو طرف بادمجان‌ها سرخ شدند آنها را از تابه بیرون بیاورید و روی دستمال حوله‌ای قرار دهید تا روغن اضافه آن جذب دستمال شود.

### مرحله هفتم: بادمجان پلو قزوینی را دم بگذارید

یک قابلمه را با مقدار آب کافی روی حرارت قرار دهید تا به جوش بیاید. بعد از به جوش آمدن آب، برنج را به همراه نمک اضافه کنید و منتظر بمانید تا برنج کمی نرم شود. بسته به نوع برنجی که استفاده می‌کنید بعد از ۷ الی ۱۰ دقیقه، یعنی زمانی که سطح بیرونی دانه برنج نرم و مغز آن هنوز سفت بود، برنج را از روی حرارت بردارید و آبکش کنید.

برای داشتن ته دیگ، کف قابلمه مقداری روغن بریزید و با نان پیوشانید. سپس یک کفگیر برنج آبکش شده را روی آن بریزید و یک کفگیر از مواد پلو بادمجان و اسلایس‌های بادمجان سرخ شده. این لایه‌ها را همین‌طور تا انتها و تا زمانی که برنج و مواد میانی و بادمجان‌های سرخ شده آن تمام شوند، تکرار کنید. لایه آخر باید برنج باشد.

در انتها مقداری زعفران دم کرده روی برنج بریزید و سپس درب قابلمه را ببندید و اجازه دهید بادمجان پلو با گوشت چرخ کرده به مدت چهار دقیقه روی حرارت ملایم باقی بماند تا کاملاً دم بکشد.

### مرحله آخر: پلو بادمجان قزوینی را سرو کنید

بعد از حدود چهار دقیقه بادمجان پلو قزوینی مجلسی شما آماده است. آن را در یک دیس مناسب بکشید و به همراه ماست (طرز تهیه ماست غلیظ در خانه)، انواع سالاد یا انواع ترشی آن را سرو کنید.