

طرز تهیه ترشی لیته بادمجان خانگی

یکی از خوشمزه ترین و محبوب ترین ترشی سنتی ایرانی، لیته لیته است که بسیار آسان تهیه می شود و چاشنی بسیار مناسبی است تا در کنار غذاهای دیگر به خصوص در فصل پاییز و زمستان سرو شود.

مواد لازم برای ترشی لیته:

با مواد گفته شده در این آموزش شما می توانید 2 شیشه بزرگ ترشی لیته تهیه کنید، برای تهیه ترشی کمتر یا بیشتر مواد اولیه را ضرب و تقسیم کنید.

گل کلم	100 گرم
هویج	نیم کیلو
فلفل سبز تند	100 گرم
خیار	نیم کیلو
بادمجان	یک کیلو
سیر	1 بوته
سبزی معطر	یک کیلو
ادویه ترشی	25 گرم
نمک	به اندازه لازم
سرکه	به اندازه لازم

نکته :

1. سبزی معطر شامل مرزه، ترخون، گشنیز، تره، ریحان و جعفری می باشد

2. ادویه ترشی شامل تخم گشنیز، سیاه دانه و گلپر می باشد

طرز تهیه ترشی لیته:

ابتدا سبزی را پاک کرده و بشویید سپس داخل یک آبکش بریزید تا آب اضافی اش گرفته شود. سبزی خشک شده را خرد کرده و روی یک پارچه پهن کنید تا کاملا خشک شود زیرا آبدار بودن سبزیجات باعث کپک زدن

ترشی می شود. در این میان بادمجان ها را شسته و حلقه ای خرد نمایید و اگر دوست داشتید اول آن را بپزید و سپس خرد نمایید این بستگی به سلیقه شما دارد. بادمجان های خرد شده را داخل قابلمه ای بریزید و به همراه نمک، ادویه ترشی و مقداری سرکه روی حرارت بگذارید تا بادمجان بپزد.

در این فاصله گل کلم را خرد کرده و بعد از شستن روی یک پارچه پهن کنید تا آب آن خشک شود. در مرحله بعد سیر را پوست گرفته و ریز خرد کرده و یا رنده کنید. در ادامه هویج را پوست گرفته و بعد از شستن رنده کنید، خیار را هم شسته و بعد از اینکه خشک کردن سر و ته آن را بزنید و رنده کنید. حالا فلفل سبز را هم خرد کرده و همه سبزیجات خرد شده را با هم مخلوط نمایید. در مرحله آخر بادمجان پخته شده را از سرکه بیرون آورده و با ساتور خرد کنید و با مواد قبلی مخلوط نمایید. مواد را داخل یک شیشه تمیز و خشک بریزید و روی آن سرکه اضافه کنید و تا 48 ساعت در یخچال نگهداری کنید و سپس سرو نمایید.

نکات تهیه ترشی لیته خانگی :

1. در صورت تمایل میتوانید همه مواد را بعد از شستن و خشک کردن داخل چرخ گوشت بریزید و سپس مخلوط کنید.
2. سبزیجات را بعد از شستن خوب خشک کنید زیرا خیس بودن مواد باعث کپک زدن ترشی می شود.
3. مقدار نمک به ذائقه شما بستگی دارد ولی اگر میزان آن کمتر از حد معمول باشد باعث کپک زدن ترشی می شود. برای این میزان مواد 15 گرم نمک کافی است.
4. میزان فلفل بستگی به ذائقه شما دارد و می توانید مقدار آن را کم و زیاد کنید.