

# طرز تهیه خورش کنگر مجلسی

شما می توانید [خورش کنگر](#) مجلسی، با مرغ و با رب را در کنار برنج ایرانی سرو کنید.

طرز تهیه کنگر با توجه به مواد اولیه ای که در دسترس دارید، بسیار متنوع است. خیلی از افراد آن را به عنوان یک غذای فصلی می شناسند. کنگر جدای از داشتن بو و طعم عالی دارای فواید بسیاری برای سلامتی است.

## مواد لازم :

کنگر	۲۰۰ گرم
برنج	دو پیمانه
گوشت گوسفندی یا گوساله	۳۰۰ گرم
پیاز	یک عدد
گوجه فرنگی	دو عدد
لپه	یک پیمانه
دارچین	به مقدار لازم
زعفران	دم شده به مقدار لازم
روغن	به مقدار لازم
نمک، فلفل قرمز، ادویه گوشت	به مقدار لازم

## طرز تهیه خورش کنگر ساده و مجلسی :

1. جهت تهیه خورش کنگر ابتدا پیاز را نگینی خورد کرده و درون تابه تفت دهید تا آب پیاز خشک شود.
2. مقداری زردچوبه به پیاز اضافه نمایید.
3. سپس در این مرحله گوشت را خورشتی خورد کرده و درون ماهیتابه حاوی پیاز بریزید و مجدد تفت دهید. نمک و فلفل و ادویه گوشت و دارچین (Cinnamon) را نیز اضافه نمایید.
4. زمانی که گوشت تغییر رنگ داد، گوجه ها نگینی خورد شده را نیز مخلوط کرده و درب قابلمه را به مدت ۵ الی ۱۰ دقیقه جفت کنید تا گوجه ها نرم شوند.
5. طرز تهیه خورش گنکر فرنگی باید لپه هایی که از شب قبل خیس

- کرده بودید را به مواد داخل قابلمه اضافه و مجدد تفت دهید تا لپه از خامی گرفته شود.
6. سپس ۲ الی ۳ لیوان آب به مواد اضافه و درب قابلمه را جفت کرده و با حرارت ملایم اجازه دهید گوشت و لپه بپزد.
7. در این بین کنگرها را شسته و در روغن سرخ نمایید و زمانی که گوشت و لپه کاملا پخت درون خورشت بریزید. در صورت تمایل برای خوش عطر تر شدن خورشت کنگر در این مرحله مقداری زعفران دم کرده نیز اضافه نمایید.
8. برنج را به روش آبکش یا کته تهیه نمایید و همراه با خورشت کنگر آماده شده میل نمایید.
9. حدود ۱۵ دقیقه بعد غذای شما آماده سرو است.

### نکات طلایی طبخ بهتر خورشت کنگر لپه :

1. در صورت تمایل در مرحله آخر همراه با کنگرها ۱ قاشق رب گوجه فرنگی اضافه کنید، این کار رنگ و لعاب بهتری به خورشت می دهد.
2. در این غذا لپه قابل حذف می باشد.

### راز خوشمزگی خورشت کنگر با مرغ و گوشت

- برای اضافه کردن چاشنی غذا به آن می توان از لیمو عمانی و آبغوره استفاده کرد.
- خورشت کنگر مجلسی از سبزی مخصوص آن در بهار درست می شود. شما برای این که برای طرز درست کردن خورشت کنگر در تمام طول سال مشکلی نداشته باشید؛ می توانید آن را به مقدار لازم تهیه و در تمام طول سال استفاده کنید.
- از دیگر سبزیجات آن می توان از نعنا و جعفری استفاده کرد.
- در فصل بهار که اقدام به پخت این خورشت به صورت تازه می کنید؛ می توانید به عنوان چاشنی از چند آلوچه نیز استفاده نمایید.
- اگر شما به دنبال طرز تهیه خورشت کنگر با رب هستید؛ می توانید یک قاشق رب را در روغن تفت داده و دقیقه آخر به خورشت کنگر با رب اضافه کنید.
- خورشت کنگر با مرغ نیز از جمله گوشت های است که می توان از آن استفاده کرد. هم طعم عالی به غذا می دهد و هم نیاز به زمان پخت کمتری دارد.

## درست کردن خورش کنگر کرمانشاهی و شیرازی!

خورش کنگر به دو صورت کاملاً خوشمزه درست می‌شود؛ اما درست کردن آن کاملاً بستگی به سلیقه و ذائقه هر شخص دارد. بعضی از افراد آن را با سبزی درست کرده و بعضی دیگر آن را با رب و لپه درست می‌کنند که بیشتر شبیه به خورش قیمه می‌شود. در این مطلب شما را با طرز تهیه خورش کنگر لپه، با رب، فرنگی، با گوشت، بدون سبزی، کرمانشاهی، شیرازی، ساده و مجلسی آشنا می‌کنیم.