

طرز تهیه سالاد الویه

5 بهمن 1400

فوت و فن آشپزی "[مادران و دختران](#)" سالاد الویه از سالادهای بسیار معروف کشور روسیه است که با دستورها و مواد متنوعی درست می شود.

مواد لازم برای ۴ نفر	
سینه و ران مرغ بی استخوان	۴۰۰ گرم
سیب زمینی	۳۰۰ گرم
تخم مرغ	۴ عدد
هویج	۲ عدد
خیار شور	۸ عدد متوسط
نخود فرنگی پخته	۱ پیمانه
پیازچه	۵۰ گرم
سس مایونز	۱ پیمانه
سس خردل	۱ قاشق غذاخوری
لیمو ترش	۱ عدد
نمک و فلفل سیاه	به مقدار کافی

طرز تهیه سالاد الویه

مرحله اول

برای تهیه سالاد الویه مجلسی ابتدا گوشت مرغ را به همراه هویج و سیب زمینی داخل یک قابلمه مناسب می ریزیم. در ادامه ۲ پیمانه آب اضافه می کنیم، سپس قابلمه را روی حرارت متوسط قرار می دهیم تا مواد بپزند.

مرحله دوم

در صورتی که بخواهیم نخود فرنگی را نیز خودمان بپزیم، آنرا نیز به قابلمه مرغ اضافه می کنیم. پس از اینکه آب شروع به جوشیدن کرد، کف های سفید رنگ روی سطح آب را با قاشق جمع می کنیم و دور می ریزیم تا طعم و بوی زهم مرغ گرفته شود.

مرحله سوم



در این مرحله تخم مرغ ها را به صورت جداگانه به همراه ۲ پیمانه آب درون یک قابلمه می ریزیم و روی حرارت قرار می دهیم تا آنها نیز به طور کامل بپزند. در حین پختن مواد به سراغ آماده کردن سس سالاد می رویم.

مرحله پنجم

پس از اینکه مواد یکدست شدند، روی درب کاسه را با سلفون می پوشانیم و در یخچال قرار می دهیم تا طعم مواد به خوبی با هم تلفیق شود. در ادامه سیب زمینی ها را پس از اینکه پختند، پوست گرفته و به صورت نگینی خرد می کنیم.

مرحله ششم

در صورت تمایل می توانیم سیب زمینی را به صورت کاملاً له کنیم. در ادامه گوشت مرغ را پس از پخت، به صورت ریش ریش یا نگینی خرد می کنیم و به کاسه می افزاییم. در ادامه هویج را به صورت نگینی خرد می کنیم.

مرحله هفتم

در این مرحله هویج خرد شده را به همراه نخودفرنگی به کاسه اضافه می کنیم. در ادامه پیازچه و خیارشور را نیز به صورت نگینی ریز خرد می کنیم و به دیگر مواد اضافه کرده و با هم ترکیب می کنیم تا یکدست شوند.

مرحله هشتم

پس از اینکه مواد سالاد کاملاً یکدست شدند، سس را از یخچال خارج کرده و به مواد درون کاسه می افزاییم. حالا مواد را به آرامی ترکیب می کنیم تا تمام قسمت های سالاد به سس آغشته شود.

مرحله نهم

پس از اینکه سالاد آماده شد، روی آنرا به سلیقه خود با خیار شور، هویج و ... تزیین می کنیم. در ادامه سالاد را در یخچال قرار می دهیم تا سس به طور کامل جذب سالاد شود، سپس به همراه نان باگت سرو می کنیم.