



هزار تومان



کمتر از



روش پخت ماشله

## درستایش ماش

هر شهری غذاهای مخصوص به خودش را دارد که بسیاری از آنها شناخته شده بوده و خیلی مورد استفاده قرار می گیرند اما بعضی از آنها خیلی شناخته شده نبوده یا به دست فراموشی سپرده شده اند و چه خوب است که معرفی شده و همگان از طعم و عطر آنها لذت ببرند. یکی از این غذاها ماشله بوده و مربوط به خطه خراسان است.



طرز تهیه



ابتدا ماش را شسته و چند ساعت با آب ولرم خیس می کنیم و سپس با دوبرابر آب در قابلمه مناسبی ریخته و روی حرارت می گذاریم و وقتی به جوش آمد در قابلمه را گذاشته و حرارت را کم می کنیم تا بپزد. بعد از پخت ماش می توانیم پوسته های آن را جدا کنیم تا یکدست شود. برنج نیم دانه را شسته و به ماش اضافه کرده و روی حرارت کم می گذاریم تا له شود. در حین پخت آش آن را چند دقیقه یکبار هم می زنیم تا هم نجسید هم لعابدار شود. سیر و پیاز را پوست کنده و جدا جدا در کمی روغن سرخ کرده و به آنها زردچوبه می زنیم. نمک و فلفل آش را اندازه کرده و نصف پیازداغ و سیرداغ را به آن اضافه می کنیم و خوب هم می زنیم. بعد از چند دقیقه جوشیدن زیر آش را خاموش کرده سپس آن را در ظرف مناسبی ریخته و با باقی سیرداغ و پیازداغ تزیین کرده و سرو می کنیم.

مواد اولیه برای ۴ نفر



- ۱ برنج نیم دانه: یک پیمانه (۱۰۰۰ تومان)
- ۲ ماش: ۳ پیمانه (۵۰۰۰ تومان)
- ۳ پیاز بزرگ: یک عدد (۵۰۰ تومان)
- ۴ سیر: ۵ حبه بزرگ
- ۵ روغن: به میزان لازم
- ۶ نمک، فلفل و زردچوبه: به میزان لازم

نکات آشپزی



در صورت تمایل می توانید مقداری گوشت چرخ کرده قلقلی شده در ماشله ریخته و طعم آن را دوچندان بهتر و خوشمزه تر کنید. اگر برنج را قبل از پخت خیس کنیم لعاب آش بیشتر و خوشمزه تر می شود.



۷۰ دقیقه



کمتر از



طرز تهیه مکش

## یک غذای ایلامی

مواد لازم



- ۱ برنج: ۴ پیمانه
- ۲ پیاز بزرگ: یک عدد
- ۳ پیاز ریز (پیاز ترشی): حدود ۲۰ عدد
- ۴ کشمش پلویی: یک پیمانه
- ۵ آلو بخارا: یک پیمانه
- ۶ زردچوبه: ۲ قاشق غذاخوری
- ۷ روغن: به میزان لازم
- ۸ نمک: به میزان لازم



طرز تهیه



ابتدا برنج را شسته و با کمی نمک و آب ولرم خیس می کنیم. پیاز را پوست کنده، شسته و خرد می کنیم. در قابلمه مناسبی کمی روغن ریخته و روی حرارت می گذاریم تا داغ شود سپس پیازهای خرد شده را در روغن می ریزیم. وقتی سرخ شد ۲ قاشق زردچوبه به آن اضافه کرده، هم زده و از روی حرارت برمی داریم. برنج را در قابلمه مناسبی ریخته و به اندازه دو بند انگشت روی آن آب می ریزیم (مانند درست کردن کته) و نمک آن را اندازه کرده و روی حرارت می گذاریم. در این فاصله کشمش و آلو بخارا را شسته و در قابلمه ای ریخته و با کمی روغن تفت می دهیم و پیازهای ریز را هم پوست کنده، شسته و کنار می گذاریم. وقتی آب برنج جوش آمد پیازداغ را به آن اضافه کرده و به آرامی هم می زنیم و وقتی آب برنج تمام شد وسط آن را گود کرده، پیازهای ریز را در آن ریخته و کشمش و آلو بخارا را تفت داده شده را روی برنج ریخته و روی دم می گذاریم. ابتدا حرارت را زیاد کرده و بعد از این که بخار در برنج جمع شد حرارت را کم می کنیم. وقتی برنج دم افتاد آن را در ظرف مناسبی ریخته و با ترشی، ماست یا سالاد سرو می کنیم.

در صورت تمایل می توانید این برنج خوش عطر و طعم را با کمی گوشت چرخ کرده تفت داده شده تزیین و میل کنید که البته باعث طعم دلچسب تر آن خواهد شد.

نکات آشپزی

