



۹۰ دقیقه



کمتر از



طرز تهیه پلومخلوط

یک غذای آشنا

محبوبش می رود و بعضی ها هم رستوران یا ساندویچی را نشان می کنند تا ناهار بعد از زیارت را آنجا بخورند. اما در این روزها که چنین سفری در دسترس مان نیست خوب است سراغ یکی از غذاهای سنتی خراسان برویم.

تلویزیون دائم تصاویری از حرم امام رضا نشان می دهد و خیلی از ما مدت ها است آرزوی سفر به مشهد را داریم. خیلی از ما اطراف حرم پاتوقی داریم. یکی به سنت سابق به خرید نخود و کشمش از اطراف حرم پایبند است دیگری سراغ بستنی فروشی

طرز تهیه



مثل اکثر دستورهای غذایی اول پیاز را خرد کرده و در روغن تفت می دهیم. بعد از این که پیاز کمی طلایی شد گوشت را در همان قابلمه می ریزیم. در همین مرحله رب و فلفل و زردچوبه را هم به مواد در حال سرخ شدن اضافه می کنیم. بعد از این که مخلوط گوشت و رب و پیاز کمی روی حرارت بود مقداری آب درون قابلمه می ریزیم و اجازه می دهیم مواد بپزد. در این فاصله لوبیاسبها و هویج ها را خرد می کنیم. بعد از گذشت نیم ساعت وقتی از پختن گوشت مطمئن شدیم لوبیاها را به مواد اضافه می کنیم بین ۱۰ تا ۱۵ صبر می کنیم. بعد از آن نوبت هویج است که به مواد اضافه کنیم. در همین فاصله که موادمان می پزد بهتر است برنج را هم آماده کنیم. تا همزمان با آماده شدن مواد برنج آبکشی شده هم آماده باشد تا به صورت لایه لایه مواد و برنج را قابلمه بریزیم و اجازه بدهیم تا بپزند.

مواد اولیه برای ۴ نفر



۱. برنج دو پیمانه
۲. گوشت ۱۲۰ گرم
۳. لوبیاسبز ۱۵۰ گرم
۴. پیاز یک عدد متوسط
۵. هویج یک عدد متوسط
۶. رب گوجه فرنگی دو قاشق
- غذاخوری
۷. نمک، فلفل، زردچوبه به میزان لازم

آراستگی پوشش کارمندان خود را به ما بسپارید

پوشاک فرم

اولین ارائه دهنده تخصصی پوشاک ادارات



آدرس فروشگاه: تقاطع خیابان ولیعصر و طالقانی، مجتمع تجاری نور تهران، طبقه سوم تجاری، شماره ۹۰۶۷

تلفن: ۰۲۱-۸۸۲۲۶۰۳۵ همراه: ۰۹۱۲۷۰۱۵۱۲۲

@form1

manto_uniform

www.form1.ir

formiran@yahoo.com



نکات آشپزی



برای تهیه این غذا هم از گوشت چرخ کرده و هم از گوشت قلقلی می توانید استفاده کنید. برای این که برنج شفته نشود بهتر است کمی زودتر آن را آبکش کنید. به جای این که مواد را لایه لایه به قابلمه اصلی اضافه کنید می توانید آنها را یکجا با هم مخلوط کرده و در نهایت آن را ظرف اصلی منتقل کنید. البته در این حالت ممکن است برنج خرد شود و ظاهر غذا کمی تغییر کند.

شناسنامه مالکیت و سندکمیاتی و اسناد دفترخانه
موتورسیکلت، مدل ۱۳۹۳، به رنگ خاکستری، شماره
انتظامی ۶۲۸-۸۸۸۶۹ شماره موتور 0125N2N326414
شماره شناسی N2N***125E9321092 به نام مریم
رفیعی علوی علویچه مفقود گردیده و فاقد اعتبار است.

پروانه مسئول فنی دکتر مجید
مسعودنیا با کد ملی ۴۴۲۲۳۳۴۱۷۷ به نام
موسسه سینا مهر (موسسه رادیولوژی
و سونوگرافی) به شماره ۴-۲۰۳۱۲۶ مفقود
گردیده و فاقد اعتبار است.

سندکمیاتی و برگ سبز سواری حاج یک پارس خودرو
BRILLIANCE-H320-AT مدل ۱۳۹۶ رنگ نوک مدادی
متالیک شماره موتور BM15LG009208 شماره شناسی
NAPH320ABH1010855 شماره پلاک ۳۴۵ م ۱۹۹۹ ایران ۴۶
به نام ندا آخوندزاده پستی مفقود گردیده و فاقد اعتبار است.

برگ سبز و سندکمیاتی خودرو پراید مدل
۱۳۸۳ به رنگ سفید شماره انتظامی
ایران ۵۳-۹۷۹۸۱ شماره موتور 732567 شماره
شناسی S1412283265001 به نام فرجام روزبهی
مفقود گردیده و فاقد اعتبار است.