

آش کوفته سبزی

آش کوفته سبزی غذای محلی استان فارس (شیراز) است.

مواد لازم:

گوشت چرخ کرده: ۲۵۰ گرم

نخود: ۵۰۰ گرم

برنج: ۵۰۰ گرم

سبزی (تره، شاهی، ترخون و جعفری): ۱ کیلو

مواد داخل کوفته:

(پیاز، کشمش و گردو) نمک، فلفل، زردچوبه: به میزان لازم روغن: به میزان لازم

طرز تهیه:

ابتدا برنج و نخود را که از ۱۲ ساعت قبل خیس کرده‌ایم را با سبزی چرخ می‌کنیم. مقداری از آن را برای آش برمی‌داریم و بقیه مواد را با گوشت چرخ کرده ورز می‌دهیم. آنگاه نمک و فلفل و زردچوبه را به مواد چرخ شده اضافه کنیم و مجدداً چرخ می‌کنیم تا مواد نرم شود. در این مرحله مقداری از مواد را برداشته و وسط آن را گود کرده، مقداری از مواد داخل کوفته که پیاز و کشمش و گردو می‌باشد، داخل آن می‌گذاریم و به صورت گرد در می‌آوریم و در ظرف به صورت دایره‌ای می‌چینیم... تمامی مواد را به همین صورت درست می‌کنیم. در یک ظرف بزرگ مقداری آب ریخته و روی حرارت می‌گذاریم. هنگامی که آب جوش آمد، کوفته‌ها را درون ظرف می‌ریزیم و می‌گذاریم به مدت ۱۵ دقیقه بجوشد. در مرحله بعد مقدار موادی را که برای آش برداشته بودیم به همراه یک قاشق غذاخوری روغن و نمک و زردچوبه، در یک ظرف می‌ریزیم و با حرارت ملایم می‌گذاریم تا جا بیفتد. البته باید مراقب باشیم که ته نگیرد. در این هنگام آش ما آماده است.

