

# طرز تهیه خورش گل کلم؛ طعمی جدید و جذاب



احتمالا وقتی تیر این گزارش را دیدید تعجب کردید که مگر با گل کلم خورش هم درست می‌کنند؟ بله و طعم بسیار متفاوت و جذابی دارد.

احتمالا وقتی تیر این گزارش را دیدید تعجب کردید که مگر با گل کلم خورش هم درست می‌کنند؟ بله و طعم بسیار متفاوت و جذابی دارد. «ایرنا زندگی» در این گزارش به شما آموزش می‌دهد چطور این خورش را درست کنید و از یکنواختی برنامه غذایی‌تان خارج شوید.

## مواد لازم:

- پیاز بزرگ: ۱ عدد
- گل کلم کوچک: ۱ عدد
- آبغوره: ۱ قاشق غذاخوری
- روغن مایع: به اندازه کافی
- گوشت خورشتی: ۳۰۰ گرم
- رب گوجه فرنگی: ۲ قاشق غذاخوری
- نمک، فلفل سیاه، زردچوبه و دارچین: به اندازه کافی



طرز تهیه و دستور پخت:

۱. برای تهیه خورش گل کلم ابتدا پیاز را به صورت نگینی ریز خرد کنید، سپس قابلمه‌ای را که برای پخت خورش در نظر گرفته‌اید روی حرارت قرار دهید و مقداری روغن مایع داخل آن بریزید. اجازه دهید روغن کمی داغ شود سپس پیاز خرد شده را اضافه کنید و کمی تفت دهید.

۲. پس از اینکه پیاز شفاف و نرم شد مقداری زردچوبه به آن اضافه کنید و تفت دادن را ادامه دهید تا زمانی که پیاز و زردچوبه یکدست شوند. در مرحله بعدی گوشت خورشتی را به صورت قورمه‌ای خرد کنید و به قابلمه اضافه کنید.

۳. گوشت و پیاز را تفت دهید تا گوشت سرخ شود و تغییر رنگ دهد. در مرحله بعدی رب گوجه فرنگی را به همراه مقداری دارچین و فلفل سیاه اضافه کنید و مواد را مجدداً تفت دهید تا رب گوجه فرنگی هم سرخ شود و طعم خامی آن گرفته شود.

۴. تفت دادن رب گوجه فرنگی باعث می‌شود که خورش در پایان پخت رنگ بهتری بگیرد. پس از اینکه رب گوجه فرنگی به خوبی سرخ شد چند لیوان آب جوش به قابلمه اضافه کنید و در آن را بگذارید. حرارت زیر قابلمه را ملایم کنید تا گوشت به آرامی بپزد.

۵. در مرحله بعدی باید گل کلم را آماده کنید برای این منظور گل کلم را به قطعات دلخواه خرد کنید. (خیلی ریز خرد نکنید چون باعث می‌شود سریع له شود و ظاهر خورش را خراب کند.) مقدار کمی روغن در یک تابه بریزید و گل کلم را تفت دهید تا طلایی شود.

۶. پس از اینکه گوشت به طور کامل پخت، گل کلم را به همراه مقداری نمک و آبغوره به خورش اضافه کنید و اجازه دهید خورش جا بیفتد. در صورتی که می‌خواهید خورشتان کمی ترش‌تر شود می‌توانید از ۱ قاشق سوپخوری گرد لیمو عمانی هم استفاده کنید.

۷. نکته مهم دیگر در مورد این خورش این است که پس از اینکه گل کلم را به خورش اضافه کردید خورش نباید مدت زیادی روی حرارت بماند چون بافت لطیف گل کلم ممکن است له شود. پس از اینکه خورش آماده شد آنرا به همراه نان یا برنج سرو کنید.