

طرز تهیه ترش کباب گیلانی

ترش کباب گیلانی یا " بی جی کباب " خورشتی است که شباهت زیادی با اسمش ندارد و شاید افراد غیر گیلانی فکر کنند همان کباب ترش معروف است. این خورشت تقریباً در همه جای گیلان طبخ میشود. پیشنهاد میکنیم یکبار هم که شده این غذا را با انواع [برنج ایرانی](#) مثل [برنج هاشمی](#) و [برنج صدری](#) میل بفرمایید. همچنین می توانید از برنج دودی استفاده کنید. برای [خرید برنج](#) درجه یک [کلیک کنید](#).

مواد لازم :

مرغ متوسط	یک عدد
سیب زمینی	۲ عدد
گوجه	۴ عدد
بادمجان قلمی	۳ عدد
پیاز رنده شده	۱ عدد
رب گوجه	۱ قاشق غذاخوری
آبغوره یا آب نارنج	۱ استکان
روغن	به مقدار لازم
زرچوبه و فلفل و نمک	به مقدار لازم

طرز تهیه ترش کباب گیلانی :

جهت طبخ ترش کباب گیلانی ابتدا مرغ را به چهار قسمت تقسیم کنید سپس در روغن سرخ نمایید. در قابلمه ای دیگر کمی آبغوره و آب و رب گوجه فرنگی و یا پیاز رنده شده را مخلوط و روی حرارت قرار میدهیم. بعد از اینکه به جوش آمد نمک و فلفل و زرچوبه و مرغ سرخ شده را درون سس آماده شده میریزیم. درب قابلمه را میگذاریم تا مرغ به آرامی بپزد. سیب زمینی ها را خلالی خورد کرده و درون روغن به همراه مقداری نمک و زرچوبه سرخ میکنیم. بادمجان و گوجه ها را هم به اندازه های دلخواه خورد و سرخ میکنیم. در این مرحله دو روش وجود دارد : در روش اول میتوان مرغ پخته شده را درون کاسه ای گود ریخته و با سیب زمینی و گوجه و بادمجان میل مینماییم. در روش دیگر طبخ ترش کباب گیلانی میتوان چند دقیقه آخر گوجه و سیب زمینی و بادمجان را به خورشت اضافه کرد اما هم نزنید سپس بعد از ۱۵ الی ۳۰ دقیقه از روی حرارت برداشته و میل کنید. در این روش باعث میشود گوجه و سیب زمینی و بادمجان به

آب خورشت آغشته شوند و طعم بسیار مطلوبی بگیرند.

نکات طلایی طبخ بهتر خورشت ترش کباب گیلانی :

اضافه کردن چند تکه فلفل دلمه به سس عطر بسیار خوبی به غذا میدهد. در این خورشت میتوان بجای مرغ از تکه ای گوش استفاده کرد. بهتر است قبل از سرخ کردن بادمجان ها ابتدا آن ها را درون آب و نمک قرار دهید تا تلخی آن ها گرفته شود. اگر به آبغوره و آب نارنج دسترسی ندارید از آبلیمو استفاده کنید.