

طرز تهیه بلدرچین شکم پر

بلدرچین شکم پر یک غذای مجلسی بسیار خوشمزه است . اگر بلدرچین در دسترس ندارید از مرغ هم میتوانید استفاده نمایید . این غذا با برنج میل 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 :

بلدرچین	۴ عدد
سبزیجات معطر	۴۰۰ گرم
گردو	۱۰۰ گرم
پیاز	۱ عدد
رب انار	دو قاشق غذا خوری
رب آلوچه	دو قاشق غذاخوری
انار ترش	۱ قاشق غذاخوری
روغن زیتون	۲ قاشق غذا خوری
آبلیمو	۲ قاشق غذا خوری
نمک و فلفل	به مقدار لازم

طرز تهیه :

جهت تهیه بلدرچین شکم پر ابتدا بلدرچین را پاک کرده کنار بگذارید . آبلیمو ، نمک و فلفل ، نصف پیاز رنده شده ، روغن زیتون و مقداری رب انار را باهم مخلوط نمایید . بدنه بلدرچین را با کمک یک قلمو با سس تهیه شده آغشته کنید . بهتر است این کار را یک شب قبل انجام دهید تا بلدرچین به خوبی مزه دار شود . مابقی سس را کنار بگذارید . در مرحله ی بعد سبزی را بعد از شستن با دستگاہ سبزی خورد کن و یا چاقو ریز خورد کنید . سپس با گردو ی آسیاب شده مخلوط نمایید . سپس جهت تهیه مواد داخل شکم بلدرچین یک قاشق رب انار ، یک قاشق انار ترش ، یک قاشق رب آلوچه ، نمک و فلفل و پیاز رنده شده را با سبزی و گردو مخلوط کنید . مواد آماده شده را درون شکم بلدرچین ریخته و شکم آن را با کمک نخ و سوزن بدوزید . ظرف گودی را جهت تهیه سس انتخاب میکنیم . دو لیوان آب را با سس از قبل آماده شده روی حرارت قرار میدهیم . برای خوش طعم تر شدن سس بهتر است یک قاشق گردوی آسیاب شده را

با مواد مخلوط نمایید . زمانی که سس به قل زدن افتاد بلدرچین را درون ظرف چیده و درب ظرف را بگذارید . حرارت را کم کرده تا به آرامی بپزد . برای خوش عطر تر شدن شکم پر ، ۱۰ دقیقه قبل از اینکه حرارت را خاموش کنید مقداری زعفران دم کرده روی بلدرچین بریزید .