

طرز تهیه نخود پلو

نخود فرنگی یک غذای مفید و مقوی است که با نخود سبز تازه تهیه 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 :

۳ پیمانه	برنج ایرانی
۲ پیمانه	نخود فرنگی
۱ عدد	پیاز
۲ قاشق غذاخوری	رب گوجه فرنگی
۴۰۰ گرم	گوشت چرخ کرده
۲ قاشق غذاخوری	زعفران دم کرده
به میزان لازم	سبزی معطر
به مقدار لازم	نمک و فلفل و زردچوبه

طرز تهیه :

جهت تهیه نخود فرنگی ابتدا نخود را همراه با مقداری نمک و زردچوبه بپزید . پیاز را رنده یا به صورت خلال ریز خورد کنید و در روغن سرخ نمایید . بعد از اینکه پیاز سرخ شد گوشت چرخ کرده را به همراه نمک ، فلفل ، زردچوبه و مقداری آبلیمو درون ماهیتابه بریزید ، سپس رب گوجه فرنگی را با مواد گوشتی مخلوط کنید . در مرحله آخر نخود پخته شده و سبزی ساطوری شده را اضافه و مخلوط نمایید . برنج را به روش آبکش تهیه کنید . سپس مخلوط گوشت و نخود فرنگی را لابه لای برنج ریخته و اجازه دهید دم بکشد . در صورت تمایل میتوانید برنج را کته یا آبکش تهیه کنید و بعد از پخت مخلوط را در کنار برنج میل نمایید . رب گوجه فرنگی جزء موادی است که میتوان در این غذا حذف کرد و فقط از سبزی استفاده نمود .