

## طرز تهیه غوره مسما

غوره مسما یک غذای شمالی است که در فصل تابستان به دلیل فراوانی غوره تازه طرفداران بسیاری دارد. این غذای ملس را میتوان هم با مرغ و هم با گوشت طبخ کرد. 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 برای خورش غوره مسما :

مرغ	۵۰۰ گرم
بادمجان	۶ عدد
گوجه	۳ عدد
غوره	۱ لیوان
پیاز	۱ عدد درشت
رب	۱ قاشق غذاخوری
نمک و فلفل	به مقدار لازم

### طرز تهیه خورش غوره مسما :

جهت تهیه خورش غوره مسما ابتدا مرغ ها رو سرخ میکنیم کاملا تا طلایی شوند. در مرحله بعد رب را همراه با مرغ تفت میدهیم سپس دو لیوان آب اضافه میکنیم و اجازه میدهم بپزد. پیازها رو سرخ میکنیم وقتی طلایی شد غوره را به آن اضافه میکنیم و کمی تفت میدیم تا رنگ غوره ها تغییر کنند. مواد تفت داده شده را به مرغ های پخته شده اضافه میکنیم. شعله گاز را کم میگذاریم. بادمجان ها را سرخ می کنیم و گوجه ها رو به صورت حلقه ای برش میدیم و کمی تفت میدهیم. در ۱۰ دقیقه پایان پخت مرغ، بادمجان ها و گوجه ها را روی مرغ ها می چینیم تا مزه ها به خورد بادمجان ها هم برود و البته تا حدی که بافت بادمجان و گوجه حفظ شود و له نشوند. خورش شما آماده است. آن را همراه با برنج محلی میل نمایید.

### نکته ها:

- ۱- به جای بادمجان از کدو خورشتی هم میتوانید استفاده کنید. ۳- اگر تمایل دارید روغن کمتری در غذا استفاده شود میتوانید گوجه را سرخ نکنید و همین طور بادمجان ها رو با روغن کم آب پز کنید. ۴- در برخی مناطق گیلان از نعنای خشک هم به همراه پیاز داغ در خورش غوره مسما

استفاده میکند.