

## طرز تهیه گیجواش تره

گیجواش نوعی سبزی معطر محلی است با برگ های ریز و ساقه های بلند. این گیاه به صورت خودرو در گیلان میروید .  
عطر دل انگیز گیجواش را از چند متری میتوان استنشاق کرد. مردمان گیلان معمولا در کنار این غذا سیر تازه ؛ باقلای سبز و ماهی شور میل میکنند که طعم بسیار مطلوبی دارد. 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](#). ["caption id="attachment\_۲۱۶۷" align="aligncenter" width="۳۰۰"]



عکس سبزی گیجواش

### مواد لازم جهت تهیه گیجواش تره :

۴ دسته	گیجواش
۱ قاشق غذاخوری	آرد برنج
۱ استکان	آبغوره یا آب نارنج
۳ عدد	تخم مرغ
۱ بوته	سیر
به میزان لازم	کره
به میزان لازم	فلفل و نمک و زردچوبه

### طرز تهیه :

جهت تهیه خورشت گیجواش تره ابتدا سبزی گیجواش را شسته و خرد میکنیم. توجه کنید که تکه های سبزی نباید زیاد ساطوری و ریز شوند. گیجواش خورد شده را به همراه برنج یا آرد برنج و مقداری آب روی حرارت ملایم میگذاریم تا بپزد و آب آن تبخیر شود. سیر را با کره و فلفل و نمک و زردچوبه تفت داده و با آبغوره یا آب نارنج تازه به گیجواش اضافه میکنیم. بعد از چند

دقیقه تخم مرغ ها را درون قابلمه میشکنیم و بدون اینکه هم بزنیم درب قابلمه را گذاشته تا تخم مرغ ها بپزند. راه دیگر اضافه کردن تخم مرغ ها به این صورت است که آن را با سیر سرخ کنیم و به گیجواش اضافه نماییم.