

طرز تهیه ترش واش

ترش واش یه خورشت اصیل گیلانیه که با سبزی محلی گیلانی تهیه میشه. 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 :

۴ تکه	مرغ
۱ کیلو (ترش واش، جعفری گشنیز، تره، خالواش، چوچاق، نعنا)	سبزی مخصوص
۲ عدد	گوجه
۳ عدد	بادمجان
۲ حبه متوسط	سیر
۱ قاشق غذا خوری	رب انار
۱ قاشق غذاخوری	رب آلوچه
نصف لیوان	آبغوره
۱ عدد	پیاز
به مقدار لازم	روغن
به مقدار لازم	آب
به مقدار لازم	نمک ، فلفل و زردچوبه

طرز تهیه : جهت تهیه خورشت ترش واش ابتدا سبزی را خوب تمیز کرده و ریز خورد کنید . سبزی ها را تفت داده و درون روغن مانند سبزی ، سبزی قورمه ای سرخ کنید . در این فاصله پیاز را ریز خورد کرده و درون ماهیتابه ای جداگانه تفت دهید ، زمانیکه پیاز نرم شد تکه های مرغ را به پیاز در حال سرخ اضافه و نمک ، فلفل ، زردچوبه و مقداری آب اضافه نمایید . درب قابلمه را گذاشته و شعله را ملایم بگذارید . اجازه دهید مرغ نیم پز شود . سپس سبزی های سرخ شده را درون قابلمه حاوی مرغ بریزید . سیر را رنده کرده و به خورشت ترش واش در حال طبخ اضافه نمایید ۳ الی ۴ لیوان آب به خورشت اضافه کرده و ۲۰ دقیقه در قابلمه را جفت کنید . رب انار و آلوچه و آبغوره را نیز در مرحله آخر اضافه نمایید . در ب قابلمه را گذاشته تا غذا جا بیوفتد . در این فاصله بادمجان و گوجه را حلقه ای خورد کرده و در روغن سرخ نمایید . برنج را به روش کته یا آبکش تهیه کرده و با خورشت ترش واش میل کنید . نکات طلایی طبخ بهتر خورشت ترش واش : بهتر است از سبزی خالص ترش واش استفاده کنید . طعم ترش و ملس این غذا بستگی به ذائقه افراد دارد .