

خورش سیب درختی (غذایی از لرستان)

گوشت را به قطعات 2×2 برش داده در روغن مایع تفت دهید...



مواد لازم :

گوشت ران گوسفندی 500 گرم

روغن مایع 2 قاشق غذاخوری

برگ بو 3 عدد

پیاز 1 عدد

آب 5 لیوان

نمک و فلفل به مقدار لازم

سیب درختی 500 گرم

پیازداغ 2 قاشق غذاخوری

سرکه 2 قاشق غذاخوری

شیره انگور یا خرما نصف لیوان

نشاسته ذرت 1 قاشق غذاخوری

طرز تهیه:

گوشت را به قطعات 2×2 برش داده در روغن مایع تفت دهید.

سپس آن را با برگ بو، پیاز و آب به مدت سه ساعت روی حرارت بپزید.

در یک ساعت آخر نمک و فلفل را اضافه کنید.

با ابزار مخصوص یا چاقو، وسط سیب را بیرون آورده پوست آن را بگیرید و آن را برش دهید.

در اواخر پخت گوشت، طوری که دو پیمانه از آب آن باقیمانده باشد، پیاز و برگ بو را بیرون آورده و سیب های حلقه شده و پیاز داغ را به آن اضافه نمایید.

سرکه را به شیره انگور یا شیره خرما اضافه کرده خوب به هم بزنید و سپس آن را به خورش اضافه کنید تا خورش بپزد و سیب ها تقریباً نرم شوند.

نشاسته ذرت را نیز در کمی آب سرد حل کرده در اواخر پخت به خورش بیفزایید.