

## خورش سبزی فسنجان

تمام مواد را داخل قابلمه ریخته و آب را تا حدی که روی مواد را بگیرد به آن افزوده و با حرارت ملایم روی شعله بگذارید تا مرغ پخته و خورش به روغن بیفتد.



### مواد لازم:

سبزی چرخ شده = 200 گرم  
گردوی چرخ شده = 200 گرم  
مرغ = 700 گرم  
نمک، زردچوبه و فلفل = به مقدار کافی  
**آب غوره یا آب نارنج = 1 پیمانه سرخالی**

### طرز تهیه:

تمام مواد را داخل قابلمه ریخته و آب را تا حدی که روی مواد را بگیرد به آن افزوده و با حرارت ملایم روی شعله بگذارید تا مرغ پخته و خورش به روغن بیفتد.

### نکته:

- 1- حرارت خورش حتما باید ملایم باشد تا خورش به روغن بیفتد.
- 2- سبزی و گردو نیازی به تفت دادن ندارند.
- 3- در تهیه ی این خورش از پیاز خام و پیاز داغ استفاده نمی کنیم. سبزیجات موجود در این غذا بوی زخم مرغ را می گیرد.
- 4- اگر دوست دارید رنگ خورش تیره تر شود، می توانید از یک قاشق سوپ خوری رب انار ترش استفاده کنید، در غیر این صورت رنگ خورش سبز می ماند.
- 5- این غذا مخصوص استان مازندران است.
- 6- سبزی های این خورش شامل جعفری، گشنیز، نعنا، چوچاق، انگیسم، اوجی و خالواش می باشد و توصیه می شود هنگام مسافرت به گیلان و مازندران از این سبزی ها به صورت تازه یا خشک تهیه کنید.
- 7- سبزی خالواش نیز مخصوص شمال کشور است که به جای آن می توان از پونه هم استفاده کرد.