

آبگوشت تبریزی (دیزی سنگی)

آبگوشت تبریزی



مواد لازم برای (5-6 نفر):

گوشت گوسفندی با استخوان = 1 کیلو
دنبه = 300 گرم
لپه = یک فنجان سرخالی
پیاز متوسط = یک عدد
مغز لیمو عمانی = یک قاشق سوپخوری
آب گوجه فرنگی = یک فنجان
رب گوجه فرنگی = یک قاشق سوپخوری
سیب زمینی = 5 عدد
نمک و فلفل = به مقدار لازم

طرز تهیه :

گوشت و دنبه را پس از شستن 10 قسمت کرده و آن را سرخ کنید تا طلایی شود. پیاز را در روغن سرخ نمایید و لپه خیس داده شده را به پیاز اضافه کرده و لپه را هم کمی تفت دهید. گوشت سرخ شده را با 4 لیوان آب، زردچوبه، لپه و پیاز داغ با شعله ملایم بپزید. سپس مغز لیمو عمانی را به آبگوشت اضافه کنید. در اواخر طبخ 5 تا 6 عدد سیب زمینی را پوست گرفته و با کمی نمک، فلفل و زردچوبه به غذا اضافه می‌کنیم. بعد هم آب گوجه فرنگی و رب گوجه فرنگی را به آن اضافه کنید.

نان سنگک، پیاز، دوغ، سبزی خوردن در کنارش فراموش نشود.