

پیراشکی سبزیجات سه رنگ

این پیراشکی مخلوطی از نخودفرنگی، ذرت و هویج می‌باشد و بدون گوشت درست شده و از این رو مناسب برای گیاهخواران نیز می‌باشد.



این پیراشکی مخلوطی از نخودفرنگی، ذرت و هویج می‌باشد و بدون گوشت درست شده و از این رو مناسب برای گیاهخواران نیز می‌باشد. در ادامه مطلب با مواد لازم و طرز تهیه پیراشکی سبزیجات مخلوط آشنا می‌شوید.

مواد لازم برای 2 نفر:

خمیر پیراشکی آماده 6 تا 8 ورق

کنسرو سبزیجات مخلوط 1 عدد (کنسرو نخودفرنگی، ذرت و هویج)

پیاز 1 عدد کوچک و خلال شده

رب گوجه فرنگی 1 قاشق چای‌خوری

نمک و فلفل به مقدار لازم

آویشن نصف قاشق چای‌خوری

پودر تخم گشنیز نصف قاشق چای‌خوری

پودر زیره کمی

پنیر پیتزا رنده شده 2 قاشق غذاخوری

طرز تهیه:

مرحله 1 - آب کنسرو را خارج کنید و یا می‌توانید نخودفرنگی، ذرت و هویج ریز شده را با کمی نمک بپزید و سپس اجازه دهید آب اضافی آن خارج شود.

مرحله 2 - پیاز را در کمی روغن تفت دهید تا طلایی شود سپس ادویه‌ها و رب گوجه را نیز بیفزایید و برای 1 دقیقه دیگر تفت دهید، سپس مخلوط سبزیجات و پنیر را به پیاز افزوده و از روی حرارت بردارید.

مرحله 3 - یک قاشق از مواد را وسط خمیر پیراشکی ریخته و دو سر خمیر را روی هم آورده و لبه‌های آن را بهم چسبانده و با پشت چنگال یا با دست بهم فشار داده و حالت دهید.

مرحله 4 - پیراشکی‌های آماده شده را در روغن داغ سرخ کرده تا دو سمت آن طلایی شود و یا می‌توانید روی آن‌ها را کمی زرده تخم مرغ زده و در فر 200 درجه سانتی‌گراد به مدت 30 تا 40 دقیقه قرار دهید تا پخته شود.

مرحله 5 - پیراشکی آماده شده را با سس دلخواه و گرم سرو نمایید.

نکات:

* در صورتی که از خمیر آماده استفاده می‌کنید باید به مقدار لازم از برگه های خمیر جدا کرده و در دمای محیط بگذارید تا نرم شود سپس مورد استفاده قرار دهید.

* در صورتی که تمایل دارید در منزل خمیر پیراشکی را درست نمایید می‌توانید با روش زیر این کار را انجام دهید.

مواد لازم برای تهیه خمیر:

آرد سفید 1 تا 2 پیمانه

بیکنگ پودر 2 قاشق غذاخوری سرصاف

روغن 10 قاشق غذاخوری

شیر نصف لیوان

نمک کمی

برای تهیه خمیر پیراشکی شیر، روغن، بیکنگ پودر، نمک و 1 پیمانه از آرد را در غذاساز ریخته تا مواد با یکدیگر ترکیب و خمیر نرم و لطیفی حاصل شود، در صورتی که به آرد بیشتری نیاز بود از یک پیمانه باقیمانده کم کم اضافه می‌کنیم تا جایی که خمیر مناسب درست شود.

اگر غذاساز در دسترس نبود، مواد را در کاسه بزرگی ریخته، ابتدا به کمک قاشق مواد را مخلوط و سپس با دست آنقدر ورز دهید تا خمیر حاصل شود.