

تهیه برنجک در خانه

برنجک یکی از هله هوله‌های سالم است که به راحتی می‌توانید در خانه تهیه کنید.



برنجک یکی از هله هوله‌های سالم است که به راحتی می‌توانید در خانه تهیه کنید.

زمان آماده سازی: 250 دقیقه

زمان پخت: 30 دقیقه

مواد لازم برای 5 نفر:

برنج ایرانی: 50 گرم

روغن: یک قاشق سوپ‌خوری

شیر: یک لیوان

نمک ماسه‌ای: نصف قاشق سوپ‌خوری

طرز تهیه برنجک:

ابتدا برنج‌ها را بشویید و در کاسه‌ای بریزید. سپس یک لیوان شیر به آن اضافه کنید و بگذارید به مدت ۲۴ ساعت در شیر خوب خیس بخورد پس از گذشت این مدت آن را در سبزی آبکشی کنید تا شیر اضافی آن خارج شود. داخل یک تابه گود یک قاشق روغن بریزید و برنج خیس خورده در شیر را در روغن تفت دهید. پس از اینکه مدتی تفت داده شد آب نمک را آماده کنید و داخل برنج بریزید و به حرارت دادن ادامه دهید تا آب آن تبخیر شود. برای بودادن برنج‌ها نیز با رسوب نمک در ته ظرف آن را عوض کنید و ظرف دیگری را روی حرارت بگذارید. مدت زمان لازم برای بودادن ۱۵ تا ۲۰ دقیقه است. * بهتر است از نمک ماسه‌ای استفاده کنید و بدون ید باشد.