

## تهچین گوشت با رب انار

گوشت را با استیک کوب بکوبید و در کاسه مناسبی بریزید. آن گاه رب انار، پیاز، نمک، فلفل و زیره را به آن بیفزائید و یک ساعت در یخچال نگه دارید. حالا برنج خیسانده را در آب جوش بپزید و در آبکش بریزید.



### مواد لازم

**گوشت سردست 1 کیلوگرم**

**رب انار 3 قاشق سوپخوری**

**پیاز رنده کرده 1 عدد**

**نمک و فلفل به میزان لازم**

**زیره آسیاب کرده 1 قاشق سوپخوری**

**برنج 1 کیلوگرم**

**روغن به میزان لازم**

**زعفران حل کرده به میزان لازم**

### روش تهیه

گوشت را با استیک کوب بکوبید و در کاسه مناسبی بریزید. آن گاه رب انار، پیاز، نمک، فلفل و زیره را به آن بیفزائید و یک ساعت در یخچال نگه دارید. حالا برنج خیسانده را در آب جوش بپزید و در آبکش بریزید و در قابلمه بریزید و دو کفگیر برنج به آن بیفزائید. اکنون گوشت را روی برنج بچینید و باقیمانده برنج را رویش بریزید و به مدت تقریبی یک ساعت و نیم روی حرارت ملایم قرار دهید تا گوشت بپزد و برنج دم بکشد. اکنون تهچین را برای پذیرائی در دیس مناسبی بکشید و با برنج زعفرانی بیارائید.