

## آش کشک

هوا سرد است و این آش می‌تواند بهترین غذا باشد. آش کشک آش سنتی مردم آستانه اشرفیه است. آشی خوشمزه و خوش رنگ و لعاب.



هوا سرد است و این آش می‌تواند بهترین غذا باشد. آش کشک آش سنتی مردم آستانه اشرفیه است. آشی خوشمزه و خوش رنگ و لعاب.

### مواد لازم برای 4 نفر

- یک پیمانه عدس
- یک پیمانه گندم
- یک پیمانه لوبیا قرمز
- 500 گرم کشک
- 500 گرم سبزی آش خرد شده
- 2 عدد پیاز
- یک بوته سیر
- به میزان لازم نمک و زردچوبه و نعنا خشک
- روغن به میزان لازم

### طرز تهیه:

1. گندم و حبوبات را که از شب قبل خیس کرده‌اید در یک قابلمه بزرگ و روی حرارت کم بگذارید بپزد.
2. حبوبات و گندم که پخت، سبزی را اضافه کنید.
3. وقتی سبزی پخت و رنگش عوض شد، یکی از پیازها را در یک تابه با مقداری روغن تفت دهید، سپس آن را همراه با زردچوبه و نمک درون آش بریزید.
4. وقتی آش پخت و جا افتاد کشک را اضافه کنید و بگذارید مواد چند قل بزند.
5. بعد از 5 دقیقه، آش را از روی حرارت بردارید. سیر، نعنا و پیاز باقیمانده را هم تفت دهید، سپس آش را با آنها تزیین کرده، سرو کنید.