



مواد لازم برای چهار نفر:

• کدو حلوائی کوچک ۱ عدد

• برنج _____ ۳ الی چهار پیمانه

• قارچ ۲ _____ ۰۵ گرم

• پياز _____ ۳ تا ۴ عدد

• ريحان خشک ۲ _____ قاشق غذاخوري

• روغن زيتون _____ مقداري

• کنسرو هلو _____ يک قوطی بزرگ (بدون آب ۷۰۴ گرم)



طرز تهیه:

کدو حلوایی رو می شوئیم و پوست می گیری یا با پوست مصرف می کنیم.

و مکعبی (حدود ۲×۱×۵ ضخامت کدو) خرد می کنیم.

کدو را در ماهیتابه با کمی روغن تفت می دهیم.

سپس برنج را می شوئیم. با کدو حلوایی و با مقداری آب در قابلمه ای ریخته، می گذاریم بپزد. حدود یک بند انگشت روی برنج آب باشد. نمک آنرا اندازه می کنیم و می گذاریم که جوش بیاد.

سپس پیازها را نگینی خرد می کنیم.

قارچ را بصورت ورقه ای خرد می کنیم.

پیاز و قارچ را با هم تفت می دهیم. در حدی که کمی رنگش تغییر کند. (کمی نمک هم می زنیم)



وقتی برنج جوش آمد قارچ و پیاز را اضافه می کنیم و هم می زنیم.

می گذاریم برنج دم بکشد. وقتی که آب برنج کم کم در حال تموم شدن بود، ریحان را اضافه می کنیم.

سپس درب قابلمه را کامل می بندیم و می گذاریم دم بکشد.

سپس برنج را می کشیم و با کنسرو هلو یا هلوی تازه سرو می کنیم.

<http://hehale.persianblog.ir/post/145/>