



مواد لازم برای ۵ نفر:

نمک و فلفل و زرچوبه

کرفس متوسط ۳ عدد

روغن به مقدار لازم

سویا خورشتی ۱۰۰ گرم

نعنا خشک یک قاشق غذاخوری

پیاز بزرگ ۱ عدد

آنغوره ۳ قاشق غذاخوری

جعفری خرد شده ۱۰۰ گرم

عصاره سبزیجات ۲ عدد

آبلیمو به مقدار لازم

قارچ دکمه ای متوسط ۱۰۰ گرم

زعفران یک قاشق چایخوری

طرز تهیه

پیاز را بصورت نگینی خرد کرده با کمی روغن سرخ می کنیم . سویای درشت را به مدت ۵ دقیقه در آب داغ خیس کرده و پس از این که پیاز به رنگ طلایی در آمد آب سویا را گرفته و آنرا داخل پیاز و روغن می ریزیم و کمی تفت می دهیم.

نمک و فلفل و عصاره سبزیجات را هم اضافه کره و خوب تفت می دهیم تا پیازها خوب له شود . آبغوره را داخل سویا می ریزیم و خوب به هم می زنیم . ساقه های کرفس را به اندازه دلخواه خرد می کنیم و با جعفری خرد شده در ظرفی دیگر کمی سرخ می کنیم .

کرفس سرخ شده را با مواد فوق مخلوط نموده و همراه ۵ تا ۶ لیوان آب می گذاریم خوب بپزد و آب خورشت به اندازه شود . بعد یک قاشق غذاخوری نعنا را با کمی زردچوبه و ۲ قاشق روغن به صورت نعنا داغ درست کرده داخل خورش می ریزیم . آبلیمو را نیز اضافه می کنیم . زعفران را در کمی آب جوش حل کرده، اواخر طبخ به خورش اضافه می کنیم و اجازه می دهیم خورش خوب جا بیفتد .

در صورت تمایل می توانید ۱۰۰ گرم قارچ را خرد کرده کمی سرخ کنید و در اواخر طبخ به خورش اضافه نمایید.