

۲ روش تهیه رشته پلو مجلسی بدون گوشت و مرغ

در طرز تهیه رشته پلو با سیب زمینی باید بعد از ترکیب کردن برنج و رشته پلویی، سیب زمینی را کف قابلمه بچینید و سپس رشته پلو را اضافه کنید.

به گزارش سایت خبری پرسون، رشته پلو بدون گوشت یا رشته پلو خالی یکی از خوشمزه‌ترین انواع رشته پلو است. رشته پلو معمولاً با انواع گوشت تهیه می‌شود، اما در این شیوه پخت، رشته پلو به صورت ساده و در کنار کشمش و سبزیجات مختلف تهیه می‌شود.

در این مقاله می‌توانید با ۲ روش طرز تهیه رشته پلو بدون گوشت و مرغ آشنا شوید.

مواد لازم برای تهیه رشته پلو گیاهی و بدون گوشت

برنج ۲ لیوان فرانسوی دسته‌دار
رشته پلویی ۱ لیوان فرانسوی دسته‌دار
پیاز متوسط ۲ عدد
کشمش نصف لیوان فرانسوی دسته‌دار
هویج ۱ عدد
خلال پسته و بادام به مقدار لازم
سیب زمینی متوسط ۱ عدد
عدس سبز پخته نصف لیوان فرانسوی دسته‌دار
زعفران دم کرده به مقدار دلخواه
روغن سرخ کردنی به مقدار لازم
نمک، فلفل سیاه، زردچوبه و دارچین به مقدار لازم

مدت زمان آماده سازی مواد: ۱ ساعت

مدت زمان پخت رشته پلو بدون گوشت: ۱ ساعت

میزان کالری در ۱۰۰ گرم رشته پلو: حدود ۲۸۵ کیلوکالری

مراحل طرز تهیه رشته پلو خالی بدون گوشت و مرغ

رشته پلو خالی بدون گوشت و مرغ یک غذای ایده‌آل برای گیاهخواران است. در ادامه می‌توانید با مراحل طرز تهیه رشته پلو بدون گوشت آشنا شوید.

مرحله اول؛ پیاز داغ درست کنید

در اولین مرحله از طرز تهیه رشته پلو بدون گوشت باید پیازها را به صورت خالی نازک خرد کنید. مقداری روغن در ماهیتابه بریزید و صبر کنید تا روغن داغ شود. در ادامه پیازها را در روغن سرخ کنید تا سبک و طلایی شوند. وقتی پیازها سرخ شدند آن‌ها را از تابه بیرون بیاورید و کنار بگذارید.

مرحله دوم؛ عدس، کشمش و برنج را بخیسانید

برنج را خوب بشویید و بعد برای نیم ساعت در آب و نمک بخیسانید. این کار به پخت بهتر برنج کمک زیادی می‌کند. کشمش را هم بشویید و در یک ظرف جدا در آب بخیسانید. عدس‌ها را هم به مدت یک ساعت خیس کنید و سپس بپزید.

مرحله سوم؛ هویج را در روغن سرخ کنید

در این مرحله باید هویج را بشویید و پوست آن را جدا کنید. سپس هویج را به صورت خالی خرد یا رنده کنید. در ماهیتابه مقداری روغن بریزید و هویج را در روغن سرخ کنید. در ادامه مقداری زعفران و دارچین به آن اضافه کنید.

مرحله چهارم؛ کشمش پلویی را در روغن سرخ کنید

بعد از این که هویج‌ها را در روغن سرخ کردید، آن‌ها را از ماهیتابه خارج کنید، سپس کشمش‌ها را آبکش کرده و به این ترکیب اضافه کنید. شعله گاز را کم کنید و کشمش‌ها را برای چند دقیقه کوتاه تفت دهید.

مرحله پنجم؛ خلال پسته و بادام را آماده کنید

در این مرحله از دستور پخت رشته پلو اصل ایرانی بدون گوشت و مرغ باید خلال پسته و بادام را برای یک ساعت در گلاب بخیسانید. سپس در یک ماهیتابه تمیز مقداری روغن بریزید و خلال‌ها را برای چند دقیقه تفت دهید. می‌توانید کمی زعفران به خلال‌ها اضافه کنید تا خوشرنگ‌تر شوند.

مرحله ششم؛ برنج را آماده و آبکش کنید

در این مرحله از روش پخت رشته پلو خالی دمی باید یک قابلمه آب روی حرارت قرار دهید و کمی نمک به آن اضافه کنید. صبر کنید تا آب شروع به جوشیدن کند. سپس برنج را به آن اضافه کنید و حدود ۵ دقیقه صبر کنید و بعد رشته پلویی را اضافه کنید. ۲ دقیقه بعد می‌توانید برنج و رشته را آبکش کنید.

مرحله هفتم، برنج را با رشته پلویی و عدس مخلوط کنید

در این مرحله باید مقداری روغن کف قابلمه بریزید و از سیب زمینی حلقه‌ای خرد شده برای درست کردن ته دیگ استفاده کنید. سپس عدس پخته شده را به ترکیب برنج و رشته اضافه کنید و همه مواد را در قابلمه بریزید. مقداری دارچین و زعفران دم کرده به برنج اضافه کنید و درب قابلمه را روی آن قرار دهید. صبر کنید تا برنج شما برای حدود ۴۰ دقیقه دم بکشد.

مرحله هشتم؛ رشته پلو را سرو کنید

بعد از این که رشته پلو گیاهی شما آماده شد، آن را در ظرف مورد نظرتان بریزید. سپس روی رشته پلو را با موادی که از قبل آماده کرده بودید یعنی پیاز داغ، هویج سرخ شده، خلال بادام، کشمش پلویی و خلال پسته تزیین کنید.

مواد لازم برای تهیه رشته پلو قیسی

رشته پلویی ۱ لیوان فرانسوی دسته‌دار

برنج ۲ لیوان فرانسوی دسته‌دار

قیسی ۱۰۰ گرم

برگه زردآلو ۱۰۰ گرم

کره ۱۰۰ گرم

پیاز داغ ۳ قاشق غذاخوری

دارچین ۱ قاشق چای‌خوری

زعفران دم کرده ۱ قاشق غذاخوری

نمک، فلفل سیاه و زردچوبه به مقدار لازم

دستور پخت رشته پلو اصل ایرانی با قیسی

برای تهیه رشته پلو با قیسی باید برنج را در آب و نمک بخیسانید. یک قابلمه آب روی شعله گاز قرار دهید و بعد از این که آب جوشید، برنج را به آن اضافه کنید. چند دقیقه صبر کنید تا برنج نیم‌پز شود، سپس آن را آبکش کنید. در این مرحله باید رشته پلویی را به برنج آبکش شده اضافه کنید.

قیسی و برگه زردآلو را برای نیم ساعت در آب گرم بخیسانید. مقداری کره در ماهیتابه بریزید و قیسی و برگه زردآلو را در کره داغ تفت دهید و مقداری شکر، پیاز داغ، زردچوبه و فلفل سیاه به آن اضافه کنید. در انتها هم زعفران دم کرده غلیظ را اضافه کنید.

مقداری روغن در قابلمه بریزید و از برنج یا نان برای ته دیگ استفاده کنید. در ادامه چند کفگیر برنج در قابلمه بریزید و ترکیب قیسی‌ها را لای برنج و رشته پلویی بریزید. درب قابلمه را روی آن قرار دهید و اجازه دهید رشته پلوی شما با حرارت ملایم دم بکشد. بعد از آماده شدن رشته پلو می‌توانید آن را با خلال پسته و بادام تفت داده شده مثل روش قبل تزیین کنید.

نکات و فوت و فن‌های طرز تهیه رشته پلو بدون گوشت

برای تهیه رشته پلو بدون گوشت می‌توانید از خرما هم همراه با کشمش پلویی استفاده کنید. در این روش باید هسته خرما را جدا کنید و آن را برای چند دقیقه در روغن تفت دهید و بعد روی غذا قرار دهید.

استفاده از خلال پوست پرتقال نیز یک ایده بی‌نظیر برای مزه‌دار کردن رشته پلو بدون گوشت است.

برای مزه‌دار کردن رشته پلو ساده و خوشمزه می‌توانید در زمان دم کشیدن برنج و رشته پلویی مقداری کره روی آن قرار دهید.

در طرز تهیه رشته پلو بدون گوشت می‌توانید از مغز گردو نیز استفاده کنید.

برای تهیه رشته پلو خالی می‌توانید ترکیب کشمش، هویج، خرما و هر چیزی که دوست دارید را با هم ترکیب کنید و به صورت لایه‌ای بین برنج بریزید. در این روش رشته پلوی شما مزه‌دارتر و لذیذتر می‌شود.

رشته پلو را حتماً با زعفران فراوان تهیه کنید تا خوش‌عطر شود. از آن جایی که رشته پلویی طعم شوری دارد، بهتر است به رشته پلو نمک خیلی کمی بزنید تا غذای شما شور نشود.

برای تهیه ته دیگ رشته پلو خالی می‌توانید از سیب زمینی یا نان لواش استفاده کنید.

قبل از تفت دادن کشمش پلویی برای تهیه رشته پلو بهتر است آن را برای چند دقیقه در آب بخیسانید و بعد در کره یا روغن تفت دهید تا کشمش پف کند.

برای مزه‌دار کردن رشته پلو بدون گوشت می‌توانید مقداری زیره، دارچین یا ادویه پلویی به آن اضافه کنید.

در طرز تهیه رشته پلو با سیب زمینی باید بعد از ترکیب کردن برنج و رشته پلویی، سیب زمینی را کف قابلمه بچینید و سپس رشته پلو را اضافه کنید.

در طرز تهیه رشته پلو با رب گوجه می‌توانید بعد از آبکش کردن برنج و ترکیب کردن آن با رشته، مقداری رب گوجه تفت داده شده به برنج اضافه کنید تا برنج شما قرمز شود.

فوت و فن‌های خوشمزه شدن رشته پلو بدون گوشت

چرا در طرز تهیه رشته پلو، رشته نرم می‌شود؟

رشته پلویی خیلی زود نرم می‌شود، بنابراین نباید آن را به مدت زیاد بجوشانید. می‌توانید رشته را بعد از آبکش کردن برنج نیز با آن ترکیب کنید.

چطور برای مزه‌دار کردن رشته پلو از پوست پرتقال استفاده کنیم؟

اگر برای تهیه رشته پلو از پوست پرتقال استفاده می‌کنید، می‌توانید پوست رنگی پرتقال را جدا کنید و در آب جوش بریزید و بعد صاف کنید و این کار را دو بار تکرار کنید. در ادامه پوست پرتقال را با کمی آب سرد، شکر و گلاب ترکیب کنید و ۲۴ ساعت در یخچال بگذارید و بعد برای روی رشته پلو یا مزه‌دار کردن مواد آن استفاده کنید.

طرز تهیه رشته پلو با رشته آش چگونه است؟

برای تهیه رشته پلو با رشته آش باید رشته آش را خرد کنید و برای چند دقیقه در تابه تفت دهید. سپس برنج را آبکش کنید و با رشته آش ترکیب کنید.