

اریشته داغلاما، غذای ترکی خوشمزه و مقوی

اریشته داغلاما یکی از غذاهای محلی و اصیل ترکی است که شباهت زیادی به رشته پلو دارد با این تفاوت که در پخت اریشته از برنج استفاده نمی‌شود.

به گزارش سایت خبری پرسون، غذاهای محلی درواقع به نوعی میراث فرهنگی مردمان هر کشوری محسوب می‌شوند. برخی از این غذاها با گذشت زمان و مدرن شدن زندگی و آشنایی با غذاهای جدید، کم کم از یاد رفته‌اند و یا روش طبخ آن‌ها متفاوت شده است. اگر به هر نقطه از ایران سفر کنید، قطعا با غذاهای بسیار خوشمزه و محلی آشنا می‌شوید که برخی از آن‌ها را تا به حال نخورده‌اید یا حتی نامش را شنیده‌اید. در این میان استان آذربایجان مانند سایر نقاط کشور دارای تنوع غذایی بسیاری است که ترکیبی از رنگ و مزه هستند. اریشته داغلاما یکی از غذاهای خوشمزه و محلی آذربایجان است که از ترکیب رشته پلویی با عدس تهیه می‌شود و به همین دلیل بسیار مقوی و البته خوشمزه است. اگر دوست دارید این غذای خوشمزه و خاص را در منزل درست کنید و از خوردن یک غذای جدید در کنار اعضای خانواده لذت ببرید، در ادامه این مطلب با آموزش اریشته داغلاما همراه ما باشید.

مواد لازم

رشته پلویی: ۲۵۰ گرم
عدس: نصف پیمانه
گوشت چرخ کرده: ۲۵۰ گرم
کشمش پلویی: نصف لیوان
پیاز درشت: ۲ عدد
نمک، فلفل، زردچوبه و دارچین: به میزان لازم
زعفران دم کرده غلیظ: به میزان لازم
کره و روغن: به میزان لازم
سیب زمینی: ۱ عدد

طرز تهیه

برای درست کردن این غذای خوشمزه ابتدا عدس را همراه با مقداری آب و نمک روی حرارت اجاق گاز بگذارید تا بپزد. ۱ عدد پیاز را پوست بگیرید و خرد کنید و همراه با مقداری روغن داخل ماهی تابه بریزید و روی حرارت اجاق گاز بگذارید تا پیاز کم کم سرخ و طلایی شود. نمک، زردچوبه، فلفل و دارچین را اضافه کنید و هم بزنید، سپس عدس پخته و آبکش شده را داخل پیاز داغ بریزید و یک دقیقه تفت بدهید و بعد اجاق گاز را خاموش کنید. در مرحله بعد یک قابلمه را تا نیمه از آب پر کنید و روی حرارت اجاق گاز بگذارید تا جوش بیاید، سپس رشته پلویی را داخل آب جوش بریزید و هم بزنید. اجازه بدهید رشته حدود ۳ دقیقه بجوشد، سپس رشته را آبکش کنید. کف قابلمه مورد نظرتان کمی روغن و زعفران دم کرده بریزید و سیب زمینی ورقه شده را روی آن بچینید.

حالا رشته آبکش شده را داخل قابلمه بریزید و ترکیب عدس و پیاز داغ را به آن اضافه کنید. رشته و عدس را هم بزنید تا با هم مخلوط شوند، سپس مقداری کره داغ روی مواد بریزید و اریشته را به مدت نیم ساعت دم کنید تا بپزد. در این فاصله یک عدد پیاز را پوست و خرد کنید و همراه با کمی روغن داخل ماهی تابه بریزید تا پیاز نرم و طلایی شود. سپس گوشت چرخ کرده را اضافه کنید و کمی زردچوبه، فلفل، نمک و دارچین روی گوشت بپاشید و هم بزنید. وقتی گوشت کمی تفت خورد، کشمش پلویی را که از قبل شسته‌اید، به گوشت اضافه کنید و مقداری زعفران دم کرده بریزید. حالا مواد را هم بزنید و حرارت را کم کنید تا گوشت و کشمش بپزد، سپس اجاق گاز را خاموش کنید. اریشته دم کشیده را داخل دیس بکشید و از ترکیب گوشت و کشمش روی غذا بریزید و نوش جان. راستی ته دیگ سیب زمینی را فراموش نکنید!

نکات مهم

۱- اگر بخواهیم به طور مختصر در مورد کاربرد انواع پیازها توضیح بدهیم، باید از پیاز زرد که معروف‌ترین عضو خانواده پیازهاست، شروع کنیم. این پیاز بهترین گزینه برای پخت و پز است. پیاز سفید طعم ملایم‌تری نسبت به پیاز زرد دارد. از نظر کاربرد تقریباً مثل پیاز قرمز است و می‌شود آن را به صورت خام خورد و یا در سالادها از آن استفاده کرد. پیاز قرمز نسبت به پیاز سفید و زرد فیبر بیشتری دارد و به خاطر رنگ زیبایش می‌توان از آن برای تزئین بشقاب غذا هم استفاده کرد. علاوه بر این برای کبابی کردن، سالاد و ساندویچ‌ها هم انتخاب مناسبی است. پیازهای قرمز به اندازه کافی عطر و طعم به غذا نمی‌دهند؛ بنابراین برای پخت و پز معمولاً مورد استفاده قرار نمی‌گیرند.

۲- کشمش سرشار از پتاسیم است و از پوکی استخوان جلوگیری می‌کند. کشمش‌ها انواع گوناگونی دارند که برای تهیه اریشته داغلاما باید از کشمش قرمز پلویی استفاده کنید.

۳- همیشه سعی کنید از زعفران دم کرده غلیظ استفاده کنید؛ چون هر قدر زعفران را با آب بیش‌تری دم کنید، کم‌رنگ‌تر می‌شود و مجبور می‌شوید برای به دست آوردن رنگ دلخواه‌تان از زعفران بیش‌تری استفاده کنید؛ بنابراین نحوه دم کردن زعفران بسیار مهم است. برای دم کردن زعفران ابتدا زعفران را بدون اضافه کردن شکر یا قند کاملاً پودر کنید. بعد به ازای ۱ قاشق چای‌خوری زعفران ۲ قاشق سوپ‌خوری آب جوش و ۲ تکه یخ به آن اضافه کنید. افزودن یخ باعث می‌شود به زعفران شوک وارد شود و رنگ بیش‌تری پس بدهد. زعفران را در ظرف دردار در فریزر نگهداری کنید و موقع استفاده اجازه بدهید در دمای محیط یخ زدایی شود. پس از هر بار استفاده دوباره زعفران باقی مانده را داخل فریزر قرار دهید. حواستان باشد زعفرانی که استفاده می‌کنید، تقلبی نباشد. برای اینکه بفهمید زعفران تقلبی یا خالص است. زعفران را بین انگشتان بگذارید و فشار بدهید. اگر روغن پس نداد؛ یعنی خالص است. زعفران‌های تقلبی معمولاً براق هستند.