

طرز تهیه سوپ شیر و خامه

حسین

۱۴۰۳ مرداد ۱۰

سلام.

دیروز یک غذای بی نظیر درست کردم؛ سوپ شیر و خامه و قارچ. این غذای مقوی رو به خاطر این که عمه ام مريض بود انتخاب کردم و زیاد هم درست کردم که به خواهرم هم بدم.
مواد مورد نیاز برای تهیه این غذای ساده و وقتگیر (برای ۴ نفر)، اینا هستن:

- سینه‌ی مرغ  : یک عدد (۳۰۰ گرم)

- پیاز  : دو عدد متوسط

- سیر  : سه حبه

- قارچ  : ۴۰۰ گرم

- جوپرک  : ۱۵۰ گرم

- هویج  : یک عدد متوسط

- ادویه (مشتمل بر نمک و زردچوبه و فلفل) به همراه آبلیمو 

- شیر  : یک لیتر

- خامه  : سه قاشق غذاخوری

- جعفری برای تزیین  : کمی

برای درست کردن این غذای وسوسه‌انگیز، اول سینه‌ی مرغ را به همراه پیاز نگینی شده و سه حبه سیر و ادویه (نمک و زردچوبه) در قابلمه می‌بینیم (عکس ۱ و ۲). به این منظور، پنج لیوان فرانسوی آب به مرغ اضافه می‌کنیم و منتظر می‌مانیم تا سه لیوان آن بخار شود و مقداری آب مرغ بماند. یادمان باشه که آب مرغ رو دور نمی‌ریزیم بلکه برای مراحل بعدی بهش نیاز داریم. بعد از این که مرغ پخته شد، اون رو با دست ریش ریش می‌کنیم (عکس ۳).

بعد قارچ‌ها رو به شکل ورقه‌ای خرد می‌کنیم و با آبلیمو نمک مزه‌دار می‌کنیم (شکل ۴). سپس قارچ رو کمی تنفس می‌دهیم تا آب آن کاملاً خارج شود؛ نباید قارچ سرخ بشه، فقط کافیه آبش کاملاً بخار بشه (تصویر ۵).

حالا آب مرغ رو توی قابلمه‌ای بزرگ می‌ریزیم و جوپرک و هویج رنده شده (رنده‌ی ریز) رو هم بهش اضافه می‌کنیم. (شکل ۶ و ۷) در صورت نیاز، آب اضافه می‌کنیم تا کل این ترکیب در آب خیسانده بشه. بعد شعله‌ی گاز رو زیاد

می‌کنیم تا جوش بیاد (شکل ۸) . پس از جوش آمدن، شعله رو کم می‌کنیم و حدود نیم ساعت این مخلوط رو به هم می‌زنیم تا جو پرک قوام بیاد و لعاب بندازه^۱ . من به دلخواه خودم در مرحله‌ی میانی ذرت کنسروی هم بهش اضافه کردم (شکل ۹) ، هرچند جزو دستور اصلی این غذا نیست. بعد از این‌که این ترکیب به خوبی لعاب انداخت و جو پرک‌ها آب شدند (شکل ۱۰) ، مرغ ریش ریش شده و شیر رو بهش اضافه می‌کنیم و اجازه میدیم که جوش بیاد. بعد از جوش آمدن، قارچ‌ها رو هم اضافه می‌کنیم (شکل ۱۱) . حالا به هم‌زدن ادامه میدیم تا مقداری از شیر بخار بشه و به غلظت مناسب برسه (شکل ۱۲ و ۱۳ و ۱۴)^۲ . در انتهای کار هم چندقاشق خامه (به دلخواه) می‌ریزیم تا طعم خامه‌ای و رنگ سفیدتری بگیره و همچنین ادویه سوپ رو تنظیم می‌کنیم؛ یعنی نمک و فلفل می‌ریزیم تا طعمش دلپذیرتر بشه. پس از سرو اون تنوی کاسه‌ها، با جعفری روشنون رو تزیین می‌کنیم.



شکل ۱: سینه‌ی مرغ و پیاز و سیر و ادویه را می‌پزیم.

^۱اگر یادمون بره هم بزنیم، جو پرک تنهشین میشه و می‌سوze!

^۲البته نکته‌ای که هست اینه که ناید سوپ خیلی غلیظ بشه، چون بعد از سرد شدن، غلظتش خیلی زیادتر میشه. پس بهتره که وقتی سوپ یه کمی شله زیرقابلمه رو خاموش کنیم.



شکل ۲: در حال طبخ!



شکل ۳: قارچ‌ها را ورقه‌ای خرد می‌کنیم.



شکل ۴: مرغ‌ها را ریش‌ریش می‌کنیم.



شکل ۵: قارچ‌ها را تاحدی تفت می‌دهیم که آبشان خارج شود.



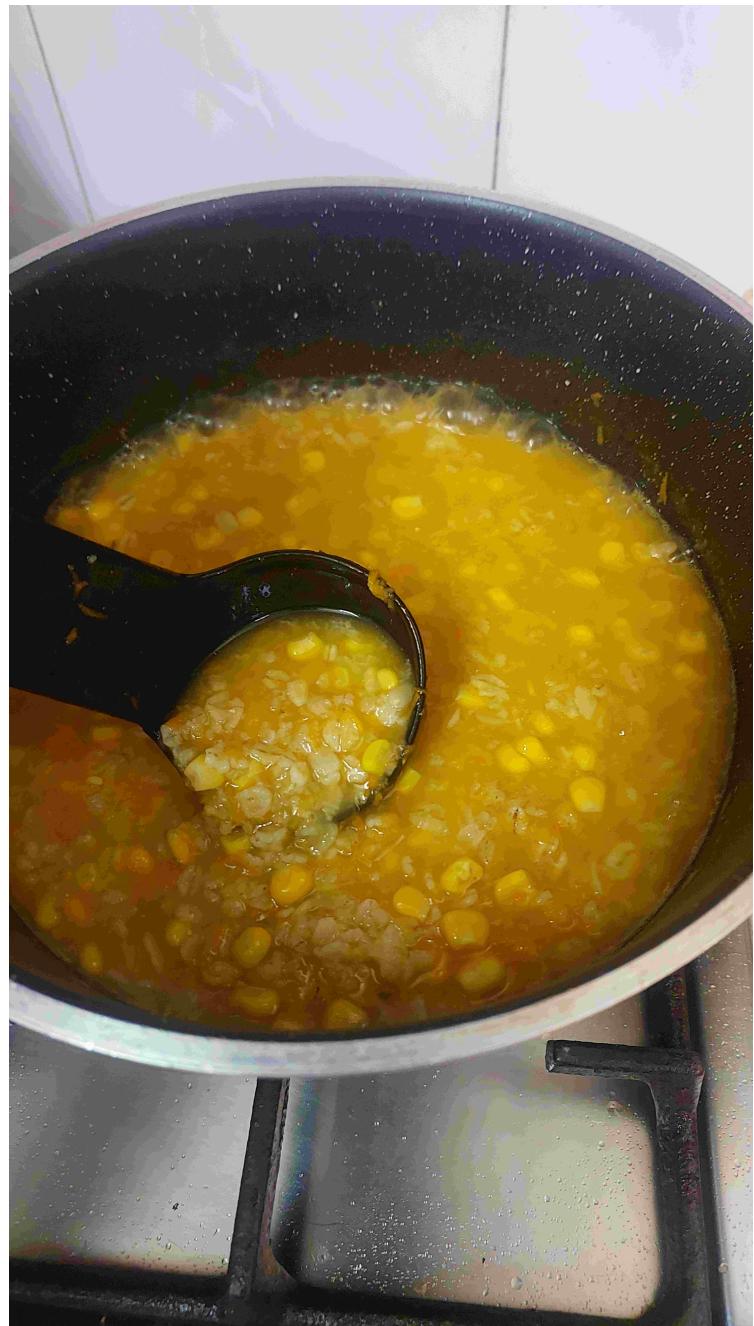
شكل ٦: مخلوط آب مرغ و جوپرک



شکل ۷: هویج هم اضافه شده در این مرحله.



شکل ۸: مدام باید سوپ را هم بزنیم تا جو پرک تهنشین نشود.



شکل ۹: ذرت اضافه کردم.



شكل ١٠: حالاً جوپرک لعاب انداخته و غلظت سوپ مناسب هست.



شكل ۱۱: شیر و قارچ و مرغ‌ها را اضافه کردم.



شکل ۱۲: سوپ جوش می خورد تا شیر اضافه تبخیر بشود.



شكل ١٣: هم می‌زنیم.



شكل ١٤: حاصل نهائی.