

طعم اصیل غذای ایرانی با روغن غنچه "کوفته تبریزی"

کوفته تبریزی یکی از معروفترین و محبوبترین غذاهای سنتی آذربایجان شرقی و به ویژه شهر تبریز است. این غذای لذیذ از ترکیب گوشت چرخ کرده، برنج، لپه، سبزیهای معطر و تخم مرغ تهیه می شود و با افزودن موادی مانند گردو، آلو و زرشک درون آن، طعمی منحصر به فرد و بی نظیر پیدا می کند. معمولا مادر بزرگ ها بهترین دستور تهیه کوفته تبریزی را دارند و به اصطلاح نحوه و نرفتن آن را می دانند. این غذا معمولا با سنگک تازه، دوغ سنتی و انواع ترشی سرو می شود.

مواد لازم برای تهیه کوفته تبریزی

- گوشت چرخ کرده
- پیاز 2 عدد
- لپه 1 پیمانه
- برنج 1 پیمانه
- آلو خورشی و گردو به تعداد کوفته ها
- رب گوجه فرنگی 3 الی 5 قاشق غذاخوری
- نمک و فلفل به میزان لازم
- روغن به میزان لازم
- مرزه، ترخون، جعفری و گشنیز
- تخم مرغ 2 عدد

طرز تهیه کوفته تبریزی

- در مرحله اول برای تهیه کوفته تبریزی، بهتر است برنج و لپه را از شب قبل بخیسانید. سپس لپه ها را در قابلمه ای جدید بپزید. حال وقت برنج است. برنج را در قابلمه ای به همراه آب و نمک بجوشانید. برنج تا زمانی باید روی حرارت باشد که به اصطلاح "دندان گیر" شود. در انتها لپه و برنج را با گوشت کوب بکوبید تا نیم کوب شود.
- حال وقت آن است که پیازی را رنده کنید و آن را با روغن سرخ کنید. پس از شیشه ای شدن آن وقت آن است که زردچوبه را به پیاز اضافه کنید. سپس رب گوجه را با مقداری نمک و فلفل به پیاز اضافه کرده و خوب تفت دهید.
- در مرحله بعد دو عدد پیاز را به خوبی رنده و آب آن را کاملا بگیرید. پیاز رنده شده را با گوشت و سایر سبزیجات مخلوط و در نهایت نمک و فلفل را به آن اضافه کنید. تمامی مواد را به خوبی بایکدیگر ورز دهید و برای یک ساعت داخل یخچال بگذارید تا به خوبی به خورد هم بروند. بعد از گذشت یک ساعت مواد را از یخچال خارج کرده و برنج و لپه خنک شده را به آن اضافه کنید و دوباره ورز دهید و در نهایت تخم مرغ ها را به آن اضافه و به خوبی مخلوط کنید.
- نکته بسیار مهم در تهیه کوفته تبریزی اصل این است که مواد باید به خوبی بایکدیگر مخلوط شده باشند و به خورد هم بروند.
- در مرحله بعد باید با این مایه گلوله های نسبتا بزرگ و سفت درست کنیم. می توانید به دلخواه داخل آن را با آلو، گردو، زرشک، تخم مرغ آب پز، خرما و ... پر کنید.
- در نهایت کوفته ها را به سس گوجه ای که در ابتدا تهیه کردید بریزید. مقدار سس باید به گونه ای باشد که کوفته در آن غوطه ور شود و کاملا بپزد. درب قابلمه را بگذارید و حرارت شعله را روی ملایم تنظیم کنید. بعد از حدود 45 الی 1 ساعت کمی کوفته ها را جابه جا کنید تا تمامی قسمت های آن به یک اندازه پخته شود. پس از اینکار اجازه دهید 30 الی 45 دقیقه دیگر بپزد و سپس می توانید آن را نوش جان کنید!

برای تزیین کوفته تبریزی مجلسی می توانید از زرشک، گردو و آلو استفاده کنید.

فوت و فن جا افتادن کوفته تبریزی

- اگر می‌خواهید کوفته تبریزی منسجم‌تری داشته باشید، می‌توانید در هنگام پختن لپه، یک عدد سیب زمینی متوسط به آن اضافه کنید و با لپه و برنج آن را به خوبی بکوبید.
- ورز دادن، در طرز تهیه کوفته گوشت بسیار مهم است. آن را به خوبی و به مدت حداقل 5 دقیقه ورز دهید.
- برای تهیه کوفته تبریزی ساده و خوشمزه از سبزیجات تازه استفاده کنید.
- نکته بسیار مهم در تهیه کوفته این است که مایه را برای هر کوفته به اندازه از قبل جدا کنید و سپس آن را گلوله گلوله کنید. چراکه ممکن است در نهایت سایز آن‌ها بایکدیگر متفاوت باشد.
- استفاده از تخم مرغ در مایه کوفته تبریزی برای به اصطلاح وا نرفتن آن است. می‌توانید به جای تخم مرغ از آرد نخودچی استفاده کنید.