



طرز تهیه یک آش لذیذ و عالی برای وعده عصرانه

آش کشک ترخینه یکی از نامدارترین آش‌های ایرانی است که اصالتا برای استان مرکزی و شهر اراک است و می‌تواند برای مجالس شما و روزهای سر زمستان گزینه خوبی باشد.

به گزارش سایت خبری پرسون، آش کشک ترخینه یک آش بسیار خوشمزه و لذیذ است که می‌تواند گزینه مناسبی برای روزهای زمستان باشد.

آش کشک ترخینه یکی از نامدارترین آش‌های ایرانی است که اصالتا برای استان مرکزی و شهر اراک است و می‌تواند برای مجالس شما و روزهای سر زمستان گزینه خوبی باشد.

مواد لازم:

نخود یک پیمانه
لوبیا چیتی یک پیمانه
عدس یک پیمانه
ترخینه دو پیمانه
سبزی آش ۳۰۰ گرم
پیاز ۲ عدد متوسط
نعناع و نمک و فلفل به مقدار لازم
کشک به مقدار لازم

طرز تهیه:

ترخینه را در مقداری آب بخیسانید.

در یک ظرف بزرگ پیاز داغ درست کنید و نخود و لوبیا شسته شده را در قابلمه پیاز داغ بریزید و کمی تفت دهید و پنج پیمانه آب به آش ترخینه خود اضافه کنید و حرارت را نیز زیاد کنید و وقتی که آش شما به جوش آمد حرارت را کم کنید.

بعد از اینکه آش شما یک ساعت روی حرارت ملایم جوش خورد باید عدس و ترخینه را به مواد دیگر اضافه کنید.

در مرحله بعد نمک و فلفل غذای خودتان را اضافه کنید تا همه مواد آش مزه دار شود.

بعد از گذشت نیم ساعت سبزی آش را نیز به مواد خود اضافه کنید تا کم کم نرم و پخته شود.

بعد از اینکه آش شما به لعاب افتاد آماده سرو شدن است.

منبع: وقت صبح