



دمی بلغور

سمیرا و المیرا که از مدرسه برگشتند، خیلی گرسنه بودند. برای همین از مادرشان خواستند که یک غذای خوشمزه درست کند.

مادر به آن‌ها گفت: دوست دارید دمی بلغور درست کنم تا شما هم این غذا را یاد بگیرید و وقتی بزرگ شدید آن را درست کنید. هر دو خواهر با لبخند گفتند: بله خیلی! و قلوها با دقت نگاه می‌کردند. مادر ماهیتابه‌ای روی اجاق گاز گذاشت و دو قاشق روغن ریخت. بعد ۲ پیمانه بلغور گندم را در تابه ریخت و خوب تفت داد. بعد هم یک پیاز بزرگ را نگینی خرد و سرخ کرد. مادر با دقت کمی زرد چوبه و نمک به پیاز داغ‌ها زد و پیاز داغ‌ها را به بلغورهای تفت داده اضافه کرد. مادر به دخترها گفت: ۴ لیوان آب بیاورند تا نوبی بلغورها بریزد. سپس یک پیمانه برنج و یک هویج رنده شده را که داخل قابلمه ریخته بود، اضافه کرد و گذاشت آب کاملاً جوش بیاید و به خورد غذا برود. بچه‌ها بالذت به آشپزی مادرشان نگاه می‌کردند. مادر دمکش را روی سر قابلمه گذاشت و ۴۰ دقیقه زمان لازم بود تا غذای خوشمزه آماده شود. وقتی غذا آماده شد، دخترها با کمی زرشک روی آن را تزیین کردند و منتظر شدند که همه دور سفره جمع شوند. به به چه غذای خوب و خوشمزه‌ای.



چی لازم داریم؟

بلغور گندم: ۲ پیمانه

برنج: یک پیمانه

پیاز داغ: ۲ قاشق غذاخوری

آب روغن

زرشک: به مقدار دل‌خواه

