

طرز تهیه سالاد شیرازی



۱۶۰ کالری



سالاد



۵ نفر



۱۵ دقیقه



مواد لازم:

خیار: ۵ عدد متوسط
گوجه فرنگی: ۳ عدد متوسط
پیاز: ۳ عدد متوسط
آبلیمو یا آبغوره: سه چهارم استکان

نمک و فلفل سیاه: به میزان لازم
نعنا خشک: به میزان لازم
روغن زیتون: به میزان لازم

دستور پخت:

۱ ابتدا خیار و پیاز را شسته و به صورت نگینی ریز خرد کنید. می‌توانید خیار را با پوست یا بدون پوست خرد کنید. همچنین در صورت تمایل می‌توانید مقداری فلفل دلمه‌ای در رنگ‌های متنوع نیز به مواد اضافه کنید. البته توجه داشته باشید که فلفل دلمه‌ای جایی در دستور اصلی سالاد شیرازی ندارد.

۲ در گام دوم گوجه فرنگی‌ها را شسته و نصف کنید. اگر گوجه‌ها شل و آبدار هستند، داخل آنها را خالی کنید. سپس گوجه‌ها را نگینی کرده و به سایر مواد اضافه کنید.

۳ در مرحله سوم باید چاشنی و ادویه سالاد شیرازی را اضافه کنید. برای این کار گوجه، خیار و پیاز خرد شده را داخل کاسه ریخته و به آن نمک، فلفل، نعنا خشک و ترشی سالاد شیرازی (آبلیمو یا آبغوره) را اضافه کنید. برای طعم بهتر کمی روغن زیتون یا جعفری ساطوری شده نیز به سالاد شیرازی اضافه کرده و مواد را مخلوط کنید.

۴ اکنون سالاد شیرازی شما آماده است. بهتر است آن را برای نیم ساعت داخل یخچال قرار دهید تا کاملاً جا بیفتد. سپس آن را در کنار غذاهای پلویی سرو کنید. نوش جان ...

LILIMAG

مجله اینترنتی لی‌لی‌مگ