

حلیم

مواد لازم

گندم	2 پیمانه	پیاز	1 عدد
برنج	1/4 پیمانه	خامه	1 پیمانه
گوشت گردن یا سردست	نیم کیلو	شیر	به میزان لازم
سینه مرغ یا فیله مرغ	500 گرم	روغن	به میزان لازم

طرز تهیه:

ابتدا گندم برنج را از شب قبل پاک کرده ، شسته ، خیس می کنیم ، سپس با مقداری آب به حدی که به اندازه 2 بند انگشت روی گندم را آب بگیرد، آب می ریزیم روی حرارت قرار داده ، زمانی که به جوش آمد حرارت را ملایم می کنیم. تا زمانی که برنج و گندم پخته شود ، گوشت را با یک عدد پیاز خرد شده روی حرارت قرار می دهیم ، زمانی که بجوش آمد ، حرارت را ملایم کرده تا کاملاً گوشت پخته شده و آب آن کشیده شود، در آخر کمی نمک به گوشت اضافه و از روی حرارت برمی داریم از استخوان جدا کرده آن را کاملاً له می کنیم ، به گندم های پخته شده اضافه می کنیم. مرتباً حلیم را با گوشت کوب ، کوبیده تا کشدار شود(اگر حلیم آب دار باشد و به آن شیر اضافه کنیم دیگر حلیم سفت نمی شود، باید کاملاً آب حلیم کشیده شود و بعد شیر اضافه می کنیم).

حلیم باید چند ساعت روی حرارت ملایم بماند و بعد از آماده شدن آن را در ظرف می کشیم ، روی آن را با دارچین و شکر تزئین می کنیم.

❖ **نکته:** زمانی که گندم ها کاملاً پخته شد ، گوشت را اضافه می کنیم ، نمک را به آن اضافه می کنیم ، در مدت پخت که گندم ها در حال پخته شدن است آن را اصلاً بهم نمی زنیم ، در غیر اینصورت باعث ته گرفتن حلیم می شود.