

سبز گوشت

- (۱) گوشت: ایک کیلو (بغیر ہڈی)
- (۲) دہی: ایک کپ
- (۳) ادراک لہسن: ایک ٹیبل اسپون
- (۴) کاجو: 50 گرام (بھناپا)
- (۵) لیموں: ایک عدد (عرق)
- (۶) کھوپرا: 50 گرام (بھناپا)
- (۷) ہری مرچ: 8 سے 10 عدد
- (۸) ہرا دھنیہ: ایک گڈی
- (۹) نمک: حسب ذوق
- (۱۰) گرم مسالہ: ایک چائے کا چمچ

☆ ہری مرچ اور ہرا دھنیہ، کاجو، کھوپرا کو پیش کر آمیزہ بنا لیں ادراک لہسن، دہی لیموں کا عرق گرم مسالہ گوشت میں اچھی طرح ملا کر میز نیٹ 5 سے 6 گھنٹے رکھیں۔ تیل گرم کریں، گوشت مسالے کے ساتھ ڈال کر بھونیں۔ مسالہ اور گوشت اچھی طرح بھوننے کے بعد دو کپ پانی شامل کر کے ڈھکن ڈھانپ دیں درمیانی آگ پر تقریباً 20 سے 25 منٹ تک پکنے دیں۔ گوشت گل جائے گا اور مسالہ پک کر گاڑھا ہو جائے تب چولہا بند کر کے دم دیدیں لا جواب سبز گوشت تیار ہوگا۔ نان روٹی یا شیرمال اور سلاد کے ساتھ نوش فرمائیے۔

