**خوراك ميگو با گوجه‌فرنگي**

[](http://www.ashpazonline.com/recipes_photos/450_1309727164_original_cyemzkqifwlvhnxadbpt.jpg)

**مواد لازم:**پياز متوسط و گوجه فرنگي= از هر كدام دو عدد  
زنجبيل تازه رنده‌شده= يك قاشق چايخوري  
سير تازه له‌شده و نمك و فلفل= يك قاشق چايخوري  
فلفل دلمه‌اي سبز =يك عدد  
آبليمو =دو قاشق غذاخوري  
ميگو= 350 گرم  
رب گوجه‌فرنگي و روغن= از هر كدام سه قاشق غذاخوري  
گشنيز يا جعفري تازه براي تزئين= به ميزان لازم  
**طرز تهيه:**پياز و فلفل دلمه‌اي را خرد كنيد. زنجبيل، سير، نمك و فلفل را در كاسه كوچكي با هم مخلوط كرده و آبليمو را به آن اضافه كنيد تا به شكل خميري در آيد. روغن را در تابه گرم كرده پياز را به آن افزوده و سرخ كنيد تا طلايي شود. مخلوط ادويه را به پياز افزوده، به مدت سه دقيقه هم زده و خوب مخلوط كنيد. گوجه‌فرنگي خرد شده، رب گوجه‌فرنگي و فلفل سبزها را اضافه كرده و به مدت پنج تا هفت دقيقه بپزيد و گاهي هم بزنيد. ميگوها را در تابه بريزيد 10 دقيقه ديگر نيز بپزيد و هم بزنيد. در آخر با گشنيز يا جعفري تزئين كرده و با برنج پخته‌ و سالاد سبز تازه سرو كنيد.

www.ashpazonline.com