



רכיבים

- עוף
- חלקי פנים: קורקבנים, כבדים, לבבות
- עגבנייה
- בצל
- כוסות אורז ארוך
- כף מלח גס
- 1/2 2/1 כפית פלפל שחור
- כף בהרט
- 1/4 4/1 כוס שמן קנולה
- כפות רסק עגבניות
- כף מרק טעם עוף ר.טבעיים

הכנה

1. מכינים את המלית: לחתוך עגבניות ובצלים יחד עם חלקי הפנים, לטגן במחבת עם מעט שמן ולתבל במלח, פלפל ובהרט.
2. להוסיף כוס מים וחצי כוס אורז ולבשל בערך כ-7 דקות.
3. לצנן מעט את המלית, למלא את העוף ולסגור עם קיסמים.
4. לטגן את העוף לסגירה.
5. בסיר גדול לטגן קוביות בצל עד הזהבה, להוסיף עגבניה ולטגן עד אידוי הנוזלים.
6. ליצוק 3 כוסות מים, כוס אורז ו-3 כפות רסק עגבניות. לערבב ולהביא לרתיחה.
7. לבשל על להבה נמוכה כ-20 דקות.
8. להכניס לתנור מחומם לחום נמוך למשך כל הלילה. במידה והאורז מתייבש אפשר להוסיף חצי כוס מים חמים.

450 דקות

8 servings 8