בישולים

מגש אירוח קציצות עדשים
כתומות טבעול עם תוספות

רכיבים

- קציצות עדשים כתומות
- סלק פרוס לרבעים
- גרם תחליף קרם, נוזלי, עם שמן צמחי מוקשה וחלבון סויה
- כף שמן זית
- לפי הטעם מלח
- 1/2 1/2 תפוחי עץ
- לפי הטעם בהרט
- גרם טחינה
- בטטות
- כפות אגוז פקאן
- כפות שמן זית
- לפי הטעם מלח
- לפי הטעם קינמון טחון
- אבוקדו
- 1/2 1/2 לימון
- 1/2 1/2 שן שום
- כפות שמן זית
- לפי הטעם מלח
- 1/2 1/2 פלפל אדום
- 1/2 1/2 פלפל צהוב
- 1/2 1/2 פלפל ירוק חריף
- כף שמן זית
- לפי הטעם מלח
- כף כוסברה
- כפות פיסטוקים טבעיים
- כף חמוציות
- כף בצל סגול
- כף נענע
- כפות שמן זית

הכנה

1. מגרדים את הסלק בפומפייה דקה. טוחנים במעבד מזון או בלנדר מוט את הסלק, גבינה טבעונית (ניתן להשתמש גם בגבינת עזים או קשיו טחון באותה הכמות, לתשומת לבך, החלפת הרכיב יכולה לשנות את הערכים התזונתיים של המתכון), שמן זית מלח ופלפל למחית חלקה. מצננים כשעה במקרר.
2. מניחים כף גדושה מעל הקציצה, מעל מניחים כמה מקלוני תפוח עץ ובוזקים מעט סומק.
3. במחבת בינונית מטגנים עד להזהבה את קוביות הבטטה ופקאן בשמן הזית, על להבה נמוכה כ-7 דקות. מתבלים במלח פלפל ומעט קינמון.
4. מניחים כף של טחינה (ניתן להתשמש גם בגבינת ריקוטה או גבינה טבעונית, לתשומת לבך, החלפת הרכיב יכולה לשנות את הערכים התזונתיים של המתכון) על קציצה ומעל מסדרים כף של סלט בטטה ופקאן.
5. טוחנים את האבוקדו עם מיץ הלימון, שום, שמן זית, מלח ופלפל בזרת בלנדר מוט או מעבד מזון לקרם חלק, מצננים כשעה.
6. מערבבים יחד את הפלפלים עם שמן זית, מלח, פלפל וכוסברה.
7. מניחים כף גדושה של קרם אבוקדו על קציצה. מעל מניחים כף של סלט פלפלים ומעטרים בעלה כוסברה.
8. מערבבים יחד את הפיסטוק, חמוציות, בצל, נענע, שמן זית, מלח ופלפל.
9. מניחים כף גדושה של לאבנה טבעונית (ניתן להמיר בלאבנה רגילה או טחינה סמיכה, לתשומת לבך, החלפת הרכיב יכולה לשנות את הערכים התזונתיים של המתכון) על קציצה, מעל מניחים כף גדושה של סלסה פיסטוק ובוזקים מעל מעט זעתר.

120 דקות

4 servings 4

- גרם תחליף קרם, נוזלי, עם שמן צמחי מוקשה וחלבון סויה
- לפי הטעם זעתר
- לפי הטעם פלפל שחור
- לפי הטעם פלפל שחור
- לפי הטעם פלפל שחור