

חמין אוסובוקו טעים ומנחם



רכיבים

- כוסות שעועית לימה מושרית במים לילה שלם
- מח עצם
- נתחי אוסובוקו
- בצל חתוכים לרבעים
- תפוח אדמה קטנים קלופים
- ראש שום כתוש שלם, בקליפתו
- כפיות כמון טחון
- כפיות פפריקה אדומה מתוקה
- כף מרק עוף אמיתי ר.טבעיים
- ביצה
- כפות שמן קנולה

הכנה

1. בסיר מתאים לחמין מחממים מעט את השמן ומתחילים בטיגון הבצל עד להזהבה יפה.
2. מוסיפים את תפוחי האדמה ואת השום וממשיכים לטגן עד לקבלת קלייה יפה של תפוחי האדמה, בערך עשר דקות על אש בינונית.
3. מוסיפים את השעועית, את העצמות והאוסובוקו, את הביצים ואת התבלינים ומכסים במים את תכולת הסיר.
4. סוגרים את המכסה ומנמיכים את האש.
5. מעבירים לתנור, על חום של 100 מעלות למשך כל הלילה או פלטת שבת.

600 דקות

8 servings 8