

ארטישוק ממולא בבשר



רכיבים

- זר בצל ירוק החלק הירוק
- שקית אפונה קפואה
- 1/2 2/1 קילוגרם בשר בקר טחון טחון
- שקית לבבות ארטישוק
- בצל קצוץ
- ענף פטרוזיליה קצוצה
- לפי הטעם מרק טעם עוף ר.טבעיים
- ביצה
- כפות פירורי לחם פירורית זהב
- כפות קמח לבן לקימוח
- לפי הטעם כמון טחון
- עלים סלרי קצוץ
- לפי הטעם מלח
- לפי הטעם פלפל שחור

הכנה

1. שמים בקערה בשר טחון, בצל קצוץ דק, פטרוזיליה קצוצה, מלח, פלפל, כמון, ביצה אחת ופירורי לחם. מערבבים עד קבלת עיסה אחידה.
2. ממלאים את תחתיות הארטישוק בתערובת הבשר, כך שיראה כמו כיפה בולטת מעט.
3. טובלים את התחתיות הממולאות בביצה ואז מקמחים אותן.
4. מטגנים את התחתיות.
5. מטגנים בסיר שטוח ורחב נפרד בצל לבן אחד עד הזהבה.
6. מוסיפים את הבצל הירוק חתוך גס.
7. מוסיפים אפונה, מלח, כורכום, פלפל שחור ואבקת מרק עוף. מערבבים.
8. מוסיפים לסיר עם האפונה את התחתיות המטוגנות, ויוצקים מעט מים.
9. אפשר להוסיף מעל עלי סלרי (לא חובה).
10. מבשלים עד שהרוטב מסמיך. בתיאבון!

90 דקות

8 servings 8