



## רכיבים

## הכנה

- תפוח אדמה קלופים
  - 1/2 1/2 קילוגרם בשר כתף (מספר 5) או נתחים מס': 1 2,8,4
  - גרם שומן כבש
  - בצל קצוץ דק
  - 1/2 1/2 זר פטרוזיליה קצוצה
  - 1/4 1/4 זר כוסברה קצוצה
  - 1/2 1/2 כוס פירורי לחם פירורית זהב
  - ביצה
  - כפית קימל
  - 1/4 1/4 כפית כמון טחון
  - כפית מלח
  - 1/2 1/2 כוס שמן קנולה לטיגון
  - ביצה טרופה
  - 1/2 1/2 כוס קמח לבן לציפוי
  - בצל פרוס לטבעות
  - כפות רסק עגבניות
  - כוסות מים
  - 1/2 1/2 לימון להגשה
1. חותכים את הקצוות העגולים מתפוח האדמה וחוצים כל תפוח אדמה לאורכו, אך לא עד הסוף (יוצרים מעין "כיס", כך שמתקבלים שני "כריכים").
  2. קוצצים בסכין חדה את הבקר לקוביות קטנות ככל האפשר (אפשר גם במעבד מזון, אך קיצוץ בסכין נותן תוצאה טובה יותר). קוצצים גם את השומן (כדאי לקצוץ את הבקר והשומן כשהם חצי קפואים - זה מקל משמעותית על החיתוך).
  3. מערבבים היטב בקערה בצל קצוץ, פטרוזיליה, כוסברה (לא חובה), פירורי לחם, ביצים, קימל, כמון ומלח, ביחד עם הבקר והשומן. ממלאים את תפוחי האדמה בתערובת המילוי.
  4. מחממים שמן קנולה במחבת על להבה בינונית. טובלים את תפוחי האדמה בביצה הטרופה ומצפים בקמח.
  5. מנערים מעודפי קמח ומטגנים עד השחמה מכל הצדדים. מעבירים לצלחת עם נייר סופג.
  6. מטגנים בסיר רחב עם מעט שמן (אפשרות: שמן קנולה ושאריות משמן הטיגון של המפרום) את הבצל, רסק העגבניות ושאריות תפוחי האדמה מהכנת ה"סנדוויצ'ים" כ-5 דקות.
  7. מוסיפים לסיר את המים ומביאים לרתיחה.
  8. מוסיפים את קציצות המפרום, מנמיכים ללהבה קטנה ומבשלים כ-40 דקות עם מכסה סגור. בודקים מדי פעם אם נשאר מים - הרוטב צריך להיות במרקם סמיך.
  9. סוחטים את הלימון על כל המפרום ומגישים כמנה ראשונה יחד עם חלת שבת או עם לחם אחיד, או כתוספת לקוסקוס וירקות שורש.

100 דקות ⌚

4 servings 4 ⊕