מפרום מעולה - מתכון של אתי

רכיבים

- תפוח אדמה חתוכים לפרוסות עבות, מושרים במי מלח לריכוך
- זר פטרוזיליה
- בצל בינוניים, קצוצים דק
- גרם בשר בקר טחון טחון
- כפית שום כתוש
- ביצה
- פרוסות נשיקה של לחם מושרות במים וסחוטות
- לפי הטעם מלח
- לפי הטעם כורכום
- כפית קינמון טחון
- כפית ראס אל חנות
- כפית בהרט
- כוס קמח לבן
- ביצה
- כף עגבניות מרוסקות
- כוסות מים
- כפות שמן קנולה
- בצל פרוסים לפרוסות
- גזר חתוכים לעיגולים
- תפוח אדמה פרוס לפרוסות דקות
- שיני שום פרוסות
- עגבנייה חתוכות לקוביות
- כפות שייטל עגל חלב
- כפית מלח
- כפית פלפל שחור
- לפי הטעם פפריקה אדומה מתוקה
- לפי הטעם פפריקה אדומה מתוקה
- 1/4 4/1 כפית קימל טחון
- כוסות מים

הכנה

1. מערבבים את הבשר הטחון, הבצלים, הפטרוזיליה והשום.
2. סוחטים את הלחם, ומוסיפים לתערובת ביחד עם הפלפל השחור, המלח, הכורכום והביצים.
3. לוקחים מעט מן התערובת, ממלאים בין 2 פרוסות תפוחי אדמה ומהדקים.
4. מערבבים את הביצים, רסק העגבניות והמים ליצירת בלילה.
5. טובלים את תפוחי האדמה הממולאים בקמח, ואז בבלילה.
6. במחבת עמוקה מחממים שמן, ומטגנים את המפרום
7. בסיר גדול מחממים שמן. מטגנים את הבצל, הגזר ותפוחי האדמה. מוסיפים את השום, העגבניות, רסק העגבניות והתבלינים. מוסיפים את המים ומביאים לרתיחה.
8. מסדרים את תפוחי האדמה בסיר הרוטב, ומבשלים על אש נמוכה כ-45 דקות, עד שתפוחי האדמה מבושלים, והרוטב מסמיך. בתיאבון!

75 דקות

8 servings 8

- לפי הטעם פלפל שחור