בישולים

מפתול פתיתים וגרגירי חומוס ועוף

רכיבים

- חבילות פתיתים אפויים בורגול
- בצלים
- ירכיים של עוף מחולקים לשוק וירך
- ליטר מים
- כוסות גרגירי חומוס מושרים לילה בקערה עם מים
- כפית קינמון טחון
- כפית בהרט
- עלים עלה דפנה
- כפית פלפל שחור
- לפי הטעם מלח
- קורט אגוז מוסקט טחון

הכנה

1. מחממים בסיר שמן ומטגנים את חלקי העוף על אש גבוהה.
2. מוסיפים בצל אחד שלם, עלי דפנה, פלפל שחור, מלח וליטר מים.
3. מביאים לרתיחה, מנמיכים את האש ומבשלים כ-25 דקות.
4. מסירים מהאש ומוציאים את העוף.
5. פורסים את 3 הבצלים שנשארו ומטגנים בסיר נוסף עם מעט שמן עד להזהבה.
6. מוסיפים את גרגירי החומוס, העוף ומעט מנוזלי הבישול שבסיר הראשון, רק עד לכיסוי של העוף ולא מעבר.
7. משאירים בצד 2 כוסות נוזלים לבישול הפתיתים. מוסיפים קינמון, בהרט ומבשלים, מכוסה למחצה, עד שהעוף וגרגירי החומוס מתרככים והרוטב מצטמצם.
8. בסיר עם 1 כף שמן מטגנים מעט את הפתיתים, מוסיפים מלח ואת שתי כוסות מי בישול העוף שנשארו בצד ומביאים לרתיחה. מנמיכים את האש ומבשלים 10 דקות.
9. להגשה - ממלאים קערה עמוקה במפתול, מעליו מניחים את העוף עם גרגרי החומוס ונוזלי הבישול. מפזרים מעט אגוז מוסקט ואם אוהבים פטרוזיליה קצוצה.

60 דקות

6 servings 6