

## טאג'ין עוף עם ירקות כתומים



### רכיבים

- 1/4 4/1 קילוגרם נתח פרגית חתוכים לקוביות גדולות
- כפות שמן זית
- בצל קצוץ
- שיני שום קצוצות
- בטטה קלופות וחתוכות לקוביות
- גזרים קלופים וחתוכים לטבעות עבות
- גרם דלעת קלופה וחתוכה לקוביות
- לימון כבוש קצוצים דק
- מקלות מקל קינמון או 3, לפי הטעם
- כפית כורכום
- כף דבש
- לפי הטעם פלפל שחור לפי הטעם
- כפות פטרוזיליה או כוסברה קצוצה
- גרם אגוזים מטוגנים או קלויים
- לפי הטעם מלח

### הכנה

1. שוטפים את נתחי הפרגיות ומייבשים היטב.
2. מחממים שמן בסיר רחב ומטגנים את הבצל עד שהוא מתרכך.
3. מוסיפים את השום ומטגנים עוד חצי דקה. מוסיפים את נתחי העוף ומטגנים עד שצבעם הופך אטום.
4. מוסיפים לסיר את הירקות, הלימון, מקלות הקינמון, הכורכום, הג'ינג'ר, הדבש, מלח ופלפל ויוצקים על הכול 1/2 כוס מים. מביאים לרתיחה ומכסים את הסיר.
5. מנמיכים את הלהבה ומבשלים כ-40 דקות.
6. מדי פעם מסירים את המכסה כדי לבחוש ולבדוק שהתבשיל אינו נחרך. אפשר להוסיף מעט מים רותחים, במידת הצורך.
7. מעבירים את התבשיל לכלי הגשה וזורים מעל את הפטרוזיליה או הכוסברה ואת השקדים הקלויים.

70 דקות

6 servings 6