

פרוסות לשון בקר בגזר



רכיבים

- לשון בקר טרייה
- גזר בינוניים, מקולפים ופרוסים
- כפית מלח
- 1/2 2/1 כפית פלפל שחור
- 1/4 4/1 כפית כורכום
- כפית שמן קנולה אין צורך ביותר, בלשון יש מספיק שומן

הכנה

1. מבשלים בסיר את הלשון כמה שעות במים, עד ריכוך (עדיף בסיר לחץ).
2. לאחר הריכוך, מקלפים את קליפת הלשון הגסה ולהסירה לחלוטין.
3. לקרר את הלשון לגמרי עד לפריסתה (למניעת התפוררות).
4. לאחר שהלשון התקררה, פורסים לפרוסות, לא עבות מדי, פרוסות יפות למנה.
5. את פרוסות הגזר יש לפזר בסיר מסביב, להניח את פרוסות הלשון המבושל, באופן יפה ושווה בסיר.
6. בקערית קטנה מערבבים את התיבול עם השמן, מפזרים מעל הכל, ומנערים את הסיר בעדינות כדי שהטעמים יתחברו.
7. מוסיפים מנוזלי הבישול של הלשון עד כיסוי המרכיבים. מבשלים עוד כ-35 דקות, עד להסמכה יפה של הרוטב.

280 דקות

4 servings 4