

כרובית אפויה בתנור עם
מעטפת מיונז וצ'ילי מתוק



רכיבים

- ראש כרובית
- כפות מיונז
- כפות רוטב צ'ילי מתוק 290 מ"ל
- 1/2 2/1 כפית כורכום
- קורט מלח
- כפות רוטב סויה קלאסי 290 מ"ל
- כף שמן זית
- 1/2 2/1 זר כוסברה

הכנה

1. בעזרת סכין חדה מסירים את העלים מראש הכרובית.
2. ממלאים מים בסיר גדול עד לשליש מנפחו.
3. מביאים את המים לרתיחה, ומניחים בסיר את הכרובית, כאשר הפרחים מופנים כלפי תחתית הסיר.
4. מבשלים במשך כ-15 דקות.
5. מוציאים את ראש הכרובית בזהירות מהסיר, ומניחים על משטח חלק ומשהים למשך מס דקות לנוח.
6. מכינים רוטב למעטפת: מערבבים בקערית את המיונז, הצ'ילי המתוק, הסויה, עלי הכוסברה, מלח, וכורכום. בעזרת מעבד מזון ידני מעבדים עד קבלת מרקם חלק ואחיד.
7. מורחים את הכרובית בתערובת שהתקבלה, ומזלפים מעל את שמן הזית.
8. מניחים את הכרובית בתבנית חסינת חום ומכניסים לתנור, שחומם מראש לטמפרטורה של כ-180 מעלות, למשך כ-30 דקות.
9. בודקים על ידי נעיצת מזלג האם הכרובית רכה. במידה והיא רכה, מוציאים את התבנית מהתנור כשהכרובית שזופה ופריכה, ומגישים חם.

55 דקות ⌚

4 servings 4 ⊕