

מרק אפונה תוניסאי (גילבאן)



רכיבים

- כוסות אפונה יבשה
- 1/2 2/1 כפית סודה לשתייה
- כף אבקת מרק עוף אמיתי כשר לפסח
- ליטר מים
- 1/2 2/1 כוס שמן קנולה
- שיני שום כתושות
- כף אריסה
- כף כמון טחון
- 1/2 2/1 זר פטרוזיליה קצוצה

הכנה

1. מבשלים את האפונה במים עם הסודה לשתייה (לא חובה, רק במידה ורוצים לזרז את תהליך הריכוך).
2. בינתיים לטגן במחבת את הפטרוזיליה, השום, העריסה, הכמון ומרק העוף. לאחר מכן לשפוך את הבלילה לתוך המרק.
3. להמשיך להרתיח כ-60 דקות על אש בינונית, עד לריכוך מלא של האפונה.
4. ניתן לפזר מעט שמן זית מעל ולהגיש חם.



4 servings 4

