

תחתיות ארטישוק ממולאים בבשר



רכיבים

- שקיות לבבות ארטישוק מוקפאים, שטופים ומסוננים
- גרם בשר בקר טחון
- בצל מגורר
- שיני שום כתוש כתושות
- 1/2 2/1 כוס פטרוזיליה קצוצה
- ביצה
- כפות פירורי לחם פירורית זהב
- לפי הטעם מלח לפי הטעם
- 1/4 4/1 כפית פלפל שחור
- 1/3 3/1 כפית כמון טחון
- 1/3 3/1 כפית כורכום
- 1/3 3/1 כפית פפריקה אדומה מתוקה
- כפות שמן קנולה
- ביצה טרופות
- כוס פירורי לחם פירורית זהב
- כוסות מים רותחים
- כף רסק עגבניות
- לפי הטעם מלח לפי הטעם
- 1/4 4/1 כפית פפריקה אדומה מתוקה
- 1/3 3/1 כפית פלפל שחור

הכנה

1. מערבבים היטב בקערה את הבשר הטחון עם מרכיבי התיבול לתערובת אחידה.
2. בעזרת כף או הידיים יש לקחת מהתערובת ולמלא את לבבות הארטישוק.
3. לחמם מחבת עם שמן, לטבול את הלבבות הממולאים בביצים הטרופות, אחר כך בפירורי לחם.
4. להניח בשמן החם ולטגן יפה מכל הצדדים.
5. בסיום טיגון כל הלבבות יש להניחם זה לצד זה בסיר רחב.
6. לערבב בקערה את מרכיבי הרוטב ולשפוך מעל המרכיבים בסיר.
7. לבשל כ-60 דקות עד לריכוך והסמכה יפה של הרוטב.

90 דקות

10 servings 10