

קציצות עוף וגרגירי חומוס משומרים



רכיבים

- 1/4 1/4 קילוגרם עוף עדיף תערובת של חזה ואדום
- כוסות גרגירי חומוס משומרים שטופים היטב במים
- בצל מגוררים על פומפייה גסה וסחוטים היטב
- כוסות פטרוזיליה קצוצים
- כף כורכום
- כפית הל טחון לא הכרחי
- לפי הטעם מלח
- לפי הטעם פלפל שחור
- ביצה

הכנה

1. מעבדים את החומוס השטוף במעבד מזון עם להב פלדה למחית גסה (להשאיר קצת גושים). מעבירים לקערה.
2. מוסיפים את יתר החומרים, ומערבבים היטב. אם התערובת נראית נוזלית מדי, אפשר לעבות אותה בכמה כפות פירורי לחם, אבל עקרונית היא צריכה להיות טובה כמו שהיא, כלומר כזו שאפשר ליצור ממנה קציצות.
3. עכשיו בוחרים איך להכין את הקציצות. יש שלוש אפשרויות, והנה הן, לפי משמינות בסדר יורד:
 4. השיטה המשמינה: יוצרים קציצות שטוחות, טובלים בביצה טרופה ובפירורי לחם (כמו שניצל), ומטגנים בשמן חצי עמוק, משני הצדדים.
 5. השיטה הלא משמינה: יוצרים קציצות עגולות (כמו כדורי פינג-פונג) ומבשלים 30 דקות בליטר (חמש כוסות) מרק עוף (מאבקה).
 6. אפשר להוסיף למרק גם גזרים קצוצים גס. מגישים בצלחות מרק עם מעט נוזל (זה לא מרק, אלא קציצות עם הרבה רוטב) ועם הגזרים.
7. השיטה הצדיקית: יוצרים קציצות שטוחות, מניחים על תבנית מרופדת בנייר אפייה, ואופים בתנור בחום של 180 מעלות 20 דקות מכל צד. בתיאבון!

60 דקות ⌚

6 servings 6 ⊕