

בישולים

עוף עם ארטישוק ירושלמי
ובטטות



רכיבים

- בצל
- בטטה
- 1/2 1/2 קילוגרם לבבות ארטישוק
- 1/3 1/3 כוס שמן קנולה לטיגון
- 1/2 1/2 כפית כורכום
- 1/2 1/2 כפית פלפל שחור גרוס
- כף מלח או לפי הטעם
- כף סילאן
- כוס מיץ לימון סחוט למיץ
- כרע הודו או כל חלק אחר של עוף לפי טעמכם

הכנה

1. מטגנים את הבצלים עד לשקיפות, מוסיפים את הבטטות והארטישוק לכחמש דקות.
2. מוסיפים את הכרעי עוף וממשיכים לטגן לעוד כחמש דקות.
3. לאחר מכן מוסיפים מים עד לכיסוי, נותנים לסיר לרתוח ומוסיפים את הלימון והתבלינים.
4. מנמיכים את האש לנמוכה ביותר ונותנים לסיר להתבשל כשעה וחצי.

125 דקות ⌚

4 servings 4 ⊕