

## קציצות בורגול ממולאות בשר



### רכיבים

- 1/2 2/1 קילוגרם תערובת של בורגול, עדשים אדומות וקינואה (לקציצות)
- טיפות מים (לקציצות)
- 1/2 2/1 קילוגרם סולת (לקציצות)
- ביצה (לקציצות)
- 1/2 2/1 כפית כורכום ופפריקה (לקציצות)
- 1/2 2/1 כפית מלח (לקציצות)
- כפות שמן קנולה (למלית)
- בצל קצוצים דק (למלית)
- גרם בשר בקר (למלית)
- גבעולים פטרוזיליה קצוצים דק (למלית)
- כפית פלפל שחור (למלית)
- כפית פפריקה אדומה מתוקה (למלית)
- קוביות הל טחון כתושים (למלית)
- גרם צימוקים (למלית)
- 1/2 2/1 כוס פיסטוק, פקאן, שקדים קלופים וחלוטים במים רותחים (למלית)
- כוסות מים (למרק)
- כפות מרק טעם עוף ר. טבעיים (למרק)
- כפית כורכום ופפריקה (למרק)
- 1/2 2/1 כפית מלח (למרק)

### הכנה

1. משרים את הבורגול במים למשך שעה. מסננים, מניחים בקערה עמוקה ומוסיפים את הסולת, הביצה, הכורכום והמלח, ומערבבים היטב.
2. הכנת המלית: מחממים במחבת גדולה את השמן, ומטגנים את הבצל עד לקבלת גוון זהוב.
3. מוסיפים את הבשר, הפטרוזיליה ומחצית מכמות התבלינים: הפלפל השחור, הפפריקה וההל. מוסיפים את הצימוקים והשקדים, מערבבים ומאדים כרבע שעה.
4. נוטלים מבצק הבורגול חופן, ומגלגלים בכפות ידיים רטובות כדור בקוטר 7-8 ס"מ.
5. צרים גומה במרכז בעזרת האגודל, ודוחסים כף או שתיים מהמלית.
6. מהדקים היטב ומשטחים קלות בכף היד. עורכים את הקובות במגש, ומניחים במקרר כחצי שעה.
7. הכנת המרק: יוצקים את המים לסיר רחב ועמוק, מוסיפים את אבקת המרק, הכורכום, המלח ויתר הפלפל השחור, הפפריקה וההל, ומביאים לרתיחה.
8. מטילים את קציצות הקובה לתוך המרק הרותח (אם הקובה הראשונה מתפוררת, טובלים את הקובות במעט קמח או סולת).
9. כעבור שתיים-שלוש דקות, הקובות צריכות לצוף. ממשיכים לבשל על אש בינונית כ-עשרים דקות. מוציאים את הקובות מן המרק ומצננים. בתיאבון!

90 דקות

8 servings 8