

חזה עוף ממולא בבשר בקר



רכיבים

הכנה

- נתחי חזה עוף נקיים וגדולים
 - גרם בשר בקר טחון
 - תפוח אדמה מגורדים
 - בצל מגורדים
 - בצל קצוץ לקוביות
 - גזר קצוצים לקוביות קטנות
 - פלפל אדום קצוצה לקוביות קטנות
 - ענפי סלרי קצוצים לקוביות קטנות (לשמור את העלים לרוטב)
 - חבילה פטרוזיליה קצוצה דק
 - 1/4 1/4 חבילה כוסברה קצוצה דק
 - 1/2 1/2 כוס צנוברים קלויים
 - לפי הטעם מלח
 - לפי הטעם פלפל שחור
 - כף תבלין לקציצות (תערובת תבלינים מרוקאית בת 20 סוגים שונים)
 - טיפה ג'ינג'ר טחון
 - קורט קינמון טחון
 - 1/4 1/4 כוס מים
 - גזר חתוך לקוביות קטנות
 - פלפל אדום חתוכה לקוביות קטנות
 - ענפי סלרי
 - שיני שום פרוסות
 - קישוא חתוך לקוביות קטנות
 - פלפל ירוק חתוך לקוביות קטנות
 - כף קמח תופח אסם 1 ק"ג
 - טיפה פטרוזיליה
 - כף סלרי
1. הכנת המתכון: פורסים כל יחידת חזה עוף ומשטחים.
 2. מערבבים את הבשר עם תפו"א, הבצל, הפטרוזיליה והכוסברה. מתבלים בכל התבלינים ומערבבים. מוסיפים גזר, גמבה, בצל, סלרי וצנוברים. מוסיפים מעט מים ומערבבים. מניחים לתערובת לנוח כ-30 דקות.
 3. ממלאים כל יחידה של חזה עוף בתערובת הבשר (במרכז) ומגלגלים כמו רולדה. סוגרים בעזרת קיסמי שיניים.
 4. מחממים מעט שמן במחבת ומטגנים קלות את הגלילות משני הצדדים, על מנת לסגור את חזות העוף כדי שנוכל להוציא את הקיסמים. מצננים ומוציאים את הקיסמים.
 5. הכנת הרוטב: מטגנים את הירקות כשתי דקות בשמן זית בסיר שטוח (שבו גם נבשל את חזות העוף) מוסיפים כורכום, מלח, פלפל לבן וקמח. מערבבים היטב ומוסיפים מים עד מחצית הסיר. מביאים לרתיחה ומוסיפים פטרוזיליה.
 6. מכניסים לרוטב את חזות העוף הממולאים. מביאים לרתיחה ומבשלים כ-40 דקות.
 7. מפזרים עלי סלרי קצוצים (בערך כף) ומבשלים עוד 10 דקות.



10 servings

