

קציצות עוף עם עדשים ובצל



רכיבים

- קילוגרם בשר עוף טחון
- ביצה
- 1/3 3/1 זר כוסברה קצוצה
- שיני שום קצוצות
- כף כמון טחון כף שטוחה
- כפית כפית
- כפית פפריקה אדומה מתוקה כף שטוחה
- לפי הטעם מלח
- לפי הטעם פלפל שחור גרוס
- תפוח אדמה גדול קלוף, מגורר וסחוט
- חלמון+חלבון (במקרה הצורך)
- כוס סולת
- 1/3 3/1 כוס שמן קנולה
- בצל גדולים קצוצים דק
- שיני שום קצוצות דק
- 1/3 3/1 כוס שמן קנולה
- כוסות עדשים ירוקות
- כפית כמון טחון
- כפית פפריקה אדומה מתוקה
- כפית כפית

הכנה

1. מערבבים את כל החומרים, יוצרים קציצות קטנות ושטוחות. מניחים על צלחת ומצננים במקרר.
2. מטגנים את הבצל והשום בשמן חם 4-5 דקות עד שהם מזהיבים מעט. מוסיפים את העדשים והתבלינים ומטגנים דקה. מוסיפים ליטר וחצי מים, מביאים לרתיחה ומכבים את האש.
3. טורפים מעט את החלבונים, עד לקבלת קצף קליל. טובלים את הקציצות בקצף ומעבירים לצלחת עם הסולת. מגלגלים ומצפים מכל הצדדים.
4. מטגנים את הקציצות בשמן חם עד שהן זהובות. מוסיפים אותן לסיר עם הרוטב. מביאים לרתיחה, מכסים ומבשלים 60 דקות על אש נמוכה.
5. בסיום הבישול טועמים ואם רוצים מתבלים במיץ לימון טרי.

90 דקות

6 servings 6