

אוש פלואו

תבשיל אורז, גזר וכבש

המצרכים:

4 בצלים גדולים חצויים ופחסיים דק

חצי כוס שמן

1 ק"ג בשר כבש חתוך לקוביות גדולות

8 גזרים קלופים חתוכים ל"גפרורים" דקים

1 כף גרגירי כמון שלמים

חצי כוס צימוקים בהירים ללא חרצנים

2 כפיות פלפל שחור טחון טרי

2 כפות מלח

2 ראשי שום שלמים

3 כוסות אורז עגול

אופן ההכנה:

1. שוטפים היטב את האורז, מסננים ומשרים אותו בהרבה מים קרים למשך שעה לפחות.
2. מטגנים את הבצל בשמן עד שהוא שחום. מוסיפים את הבשר וממשיכים לטגן עד שהוא משחים יפה. מוסיפי חופן גזר, מערבבים, מוסיפים גם חצי כוס מים, מביאים לרתיחה, מכסים ומבשלים על להבה נמוכה כחצי שעה.
3. מוסיפים על הבשר בשכבה אחידה את שאר הגזר, מפזרים מעל את הצימוקים, כמון ופלפל. מניחים על הגזר את ראשי השום.
4. מוסיפים לסיר את האורז המסונן. מוסיפים מים כדי כיסוי האורז. "מחוררים" באורז 5-8 גומות עד עומק הסיר, מביאים לרתיחה, מכסים היטב ומבשלים על להבה נמוכה כשעה.

להגשה:

שמים על צלחת הגשה גרזלה וסאה את האורז ועליו את תערובת הבשר והגזר. מניחים מעל את ראשי השום ומגישים מיד.

גוש ג'יג'יה

כיסויי בשר אפויים ממזלזים בשר ובצל

מרכיבי:

לכמו:

חצי ק"ג קמח מנופה
20 גר' שמרים טריים או "שמרית"
שליש כוס שמן
2 כפיות מלח
מים

למילוי:

חצי ק"ג בשר כבש קצוץ דק
2 בצלים גדולים קצוצים דק
2 כפיות מלח
פלפל שחור טחון טרי
2 כפיות גרגירי כמון שלמים

ביצה טרופה
מעט גרגירי קצוץ

אופן ההכנה:

להכנת הבצק:

שמים את קמח, שמרים, מלח ושמן בקערה. מוסיפים מעט מים ומערבבים. לשים עד לקבלת בצק חלק וגמיש. מכסים בניילון מצמד ומניחים לשעה.

להכנת המילוי:

- 1 שמים את הבצל במסננת, מוסיפים את המלח. מערבבים ומניחים לבצל להגיר נוזלים במשך כחצי שעה. סוחטים את הבצל מערבבים אותו עם הבשר, הפלפל וגרגירי הכמון.
- 2 מרדדים את הבצק לעלה דק למדי. חותכים ממנו עיגולים בקוטר של כ- 10 ס"מ. שמים במרכז כל עיגול בצק כף גדושה מהמילוי. אוספים את שולי הבצק אל מעל לגבעת המילוי. צובטים ומהדקים את שולי הבצק.
- 3 מניחים את הבצקים המסולאים בתבנית אפיה משומנת, עם הצד החלקל מלפי מעלה. מורחים את המאפים בביצה טרופה, מפזרים מעט קצוץ או שומשום.
- 4 אופים בחום של 180 מעלות כ- 30 דקות, עד שהמאפים שחומים ויפים. מגישים חם, עם סלט עגבניות וכוסברה.

סלט עגבניות וקוסברה

כשרט וטעים!

המצרכים:

- 1 ק"ג עגבניות בשלות חתוכות לקוביות קטנות
- 1 כוס קוסברה טרייה קצוצה דק
- 4 בצלים ירוקים קצוצים דק
- מלח, פלפל שחור טהון טרי
- חצי כוס מיץ לימון טהון טרי

אופן ההכנה:

ממש לפני ההגשה, מערבבים את כל החומרים היטב ומגישים את הסלט כשהוא טרי ביותר.
