

כרובית בתנור עם ציפוי פריך

מצרכים

1/2 כרובית מפורקת לפרחים
3 כפות קמח לבן, מלא או כוסמין
1/4 כוס (60 מ"ל) מים או קצת יותר אם משתמשים בקמח מלא או כוסמין
מעט מלח
1/2 כוס פירורי לחם מוזהבים
2 כפות שמן זית
אפשרות - שבבי צ'ילי, קצח, גרעינים או אגוזים קצוצים

אופן ההכנה

מחממים תנור ל 200 מעלות
מרפדים תבנית בנייר אפייה
מערבבים בקערה את הקמח, המים ומעט מלח לבלילה אחידה (בסמיכות של בלילת פנקייק). אם רוצים מוסיפים את החרדל או התבלינים
מערבבים בקערה שנייה את פירורי הלחם עם השמן ומעט מלח (ואפשר להוסיף תבלינים), עד שמתקבל מרקם של חול רטוב. מחזיקים ב"רגל" את כל אחד מפרחי הכרובית, טובלים היטב בבלילה ומעבירים לטבילה בפירורי הלחם. מהדקים מעט ומניחים בתבנית
אופים 20-25 דקות עד שהכרובית משחימה
מגישים חם