

תבשיל קציצות עם אפונה וגזר גמדי / חומוס

מצרכים

לקציצות

לשים בקערה

חצי ק"ג בשר בקר / הודו טחון

1 בצל גדול קצוץ דק

2 שיני שום כתושות

חצי צרור פטרוזיליה קצוצה דק

2-3 פרוסות לחם להשרות במים לכמה דקות

עד לריכוך, להוציא את הלבן של הלחם, לסחוט היטב

ולהכניס לקערה

תבלינים לקציצות

מלח

פלפל שחור / לבן

רבע כפית כורכום

רבע כפית פפריקה

רבע כפית כמון

מעט אגוז מוסקט

כפית גדושה בהרט / תבלין לקציצות

לערבב היטב את התערובת ולתת לנוח בצד 15 דקות

בזמן הזה להתחיל להכין את הסיר עם התוספת

אופן הכנת התוספת

לשים בסיר כף שמן קנולה, 2 שיני שום פרוסות וכפית כורכום ולטגן דקה

להוסיף חצי שקית אפונה וחצי שקית גזר גמדי - להוציא מבעוד מועד מהמקפיא או לחלופין חצי שקית

חומוס

תבלינים

כפית מלח, כף מרק עוף רבע כפית פלפל לבן

להוסיף 3-4 כוסות מים ורק כאשר הכל רותח ניתן להוסיף את הקציצות

לבשל על אש נמוכה 40 דקות עד שעה