



קל # כוס קרטון # כ-8-6 מנות

צ'ולנט פרווה משובח

תפוא, שעועית וגריסים עם טעמים עמוקים גם בלי הבשר, הטעם פיקנטי - חריף - מתקתק וה "קישקע" רך וטעים מתאים לל"ג בעומר אחרי המדורות, ליל שישי, או אפילו לארוחת צהריים מזינה

הרכיבים לצ'ולנט:

1 בצל בינוני
6 תפוא
1 ו-1/2 כוס שעועית מושרית ובדוקה
1/2 כוס גריסים שטופים בדוקים
1 כף סוכר
1 כף דבש
1 כף סילאן
4 כפות שמן
2 כפיות מלח
1 כפית א. מרק
1/4 כפית פלפל שחור
1.5 ליטר מים
2 כפיות גריל עוף
2 כפיות פפריקה מתוקה / מרוקאית בשמן
1 כפית א. שום
1/4 כפית צ'ילי גרוס לבחירה - לטעם עשיר ומעט חריף

הרכיבים לקישקע:

כוס קמח
1/2 כוס מים רותחים

1/4 כוס שמן

1 כפית פפריקה
1 כפית גריל עוף
1 כפית א. שום
1 כפית א. מרק
1/2 כפית מלח
1/4 כפית צ'ילי גרוס
1/4 כפית פלפל שחור
(ניתן לשדרג עם כף בצל מטוגן)

אופן ההכנה:

חממי סיר עם הסוכר והשמן עד להשחמה יפה כמו לקוגל, הוסיפי טבעות בצל וטגני עוד כמה דקות הוסיפי קוביות תפוא, תבלינים ומים רותחים.

כשהמים מבעבעים הוסיפי שעועית, גריסים וקישקע מחולק לשתי שקיות מנוקבות לספיגת נוזלים.

בשלי על להבה בינונית כשעה לפחות עד לריכוך וספיגת הטעמים.

מומלץ להמשיך את הבישול לקבלת תבשיל עמוק.