



ביס משייר
הרמוניה של טעמים ללא רגשות אש

הממולאים של סול:



מצרכים:

הממולא:

- 8 פלפלים בינוניים
- 2 עגבניות פרוסות

המילוי:

- שמן לטיגון 2
- 1/2 קילו בשר טחון
- 1 בצל חתוך לקוביות
- 3 ענפי סלרי קצוצים לקוביות
- 1 גזר מגורד
- 1 כוס אורז עגול
- 1/2 חבילה כוסברה קצוצה
- 1/2 חבילה פטרוזיליה קצוצה
- 1/2 חבילה עלי יענע קצוצים
- 1 עגבנייה מגורדת
- 1/2 כוס חמוציות ללא סוכר
- כף שמן
- מלח ופלפל

הרוטב:

- 3 בצלים קצוצים
- 1 קופסה רסק קטנה
- 2 פות סילאן טבעי
- כפית כורכום
- כפית אבקת קארי
- כפית פפריקה מתוקה
- מלח ופלפל
- 1.5 ליטר מים

אופן ההכנה:

מילוי:

לטגן את הבצל עד הזהבה, להוסיף את הסלרי והגזר ולטגן עד ריכוך. להוסיף את הבשר ולטגן עד השחמה, להוריד מהאש, להעביר לקערה ולקרר. לקערה להוסיף כוס אורז עגול, פטרוזיליה קצוצה, כוסברה קצוצה, עלי יענע קצוצים, עגבנייה מגורדת, חמוציות, כף שמן, מלח, פלפל ולערבב. לרוקן את הפלפלים ולמלא בתערובת עד גובה שלוש רבעי הפלפל.

הרוטב:

לטגן בסיר גבוהה את הבצלים עד ריכוך, להוסיף רסק, סילאן, כורכום, קארי, פפריקה מתוקה, מלח, פלפל ומים עד רתיחה. לשפוך את הרוטב לקערה ולהניח בצד.

הרכבת המנה:

בסיר בו נרצה לבשל את הממולאים נשים מעט שמן ונרפד את התחתית בפרוסות העגבניה. מעל העגבניות נניח את הפלפלים בצורה צפופה (אחרת הפלפלים יצנחו בבישול). למלא עם כף את הפלפלים ברוטב עד הסוף ואת יתרת הרוטב לשפוך מסביב. לשים על הפלפלים צלחת הפוכה שתתפקד כמשקולת. לכסות את הסיר, להביא לרתיחה ולבשל כרבע שעה. להוריד את המכסה והצלחת, לכסות בנייר כסף ולהכניס לתנור שחומם מראש 200 מעלות ללא מכסה לכ-45 דקות. בעשר דקות האחרונות לאפות ללא כיסוי לקבל את החריכה מלמעלה. מומלץ מידי פעם להשקות את הממולאים ברוטב.

