

## מתכון מפרום תפוחי אדמה במילוי בשר / עז תלם



90 min: זמן

רמת קושי: בינוני

(רכיבים 4-5 מנות)

For this recipe we used:

**מצרכים**

- 4 תרכיז עגבניות מרוכז מאוד 200
- כוס קמח לבן או מלא או קורנפלור 1
- ביצים 2-3
- תפוחי אדמה בגודל בינוני, טריים ויפים 4-6
- כפות שמן זית 5

**למילוי-**

- כפית קינמון טחון 1/2
- צרור פטרוזיליה או כוסברה, קצוץ דק (אפשר גם צרור 1/2 שלם)
- ביצה 1
- תפוח אדמה בגודל בינוני, מגורר וסחוט 1
- בצלים בינוניים, קלופים, מגוררים וסחוטים 2
- כוס פירורי לחם מעורבבים עם 1/4 כוס מים 3/4
- גרם בשר טחון 600
- כפית גדושה מלח

**רוטב העגבניות**

- כפית פפריקה מתוקה 1
- (גבעולי סלרי, פרוסים דק) (עם העלים 2-3)
- שיני שום כתושות או פרוסות דק 2-3
- כוסות מים לבישול הראשוני + עוד מים לכיסוי המפרומים 2
- כפות שמן זית 3-4
- מלח ופלפל שחור גרוס
- שאריות תפוחי אדמה מהכנת המפרומים



## הכנה

מתחילים בהכנת המילוי:

1. שמים את כל מרכיבי המילוי בקערה ולשים אותם היטב 2 דקות.
2. שומרים את המילוי בקירור בזמן שמכינים את שאר חלקי המנה.

הכנת תפוח האדמה:

1. (חותכים את התפוחי האדמה לעיגולים בעובי 1 ס"מ (אפשר גם 1/2 ס"מ אם אתם יותר מיומנים).
2. חותכים לאורך כל פרוסה באמצע אבל לא עד הסוף, כדי לפתוח אותה.
3. אם יצא לכם דק (כמו בתמונות כאן), ניתן להמשיך ישר למילוי. אם יצא לכם עבה, מומלץ להשרות את הפרוסות שפתחתם בקערה עם מים + כפית מלח דק.
4. ממלאים את הרווח שנוצר בפרוסות תפוחי האדמה החתוכות בנדיבות בתערובת המילוי.
5. את הקצוות של תפוחי האדמה שנותרו חותכים לקוביות עבור הרוטב.

ציפוי ואפיית המפרומים:

1. (מחממים תנור ל-200 מעלות (חום עליון תחתון רגיל, לא טורבו).
2. מניחים נייר אפייה על תבנית תנור ומשמנים אותה במעט שמן זית.
3. שמים את הקמח בצלחת שטוחה.
4. בקערה טורפים את הביצים יחד עם הרסק.
5. טובלים את תפוחי האדמה הממולאים בקמח ומצפים היטב מכל הכיוונים.
6. טובלים את תפוחי האדמה המקומחים בתערובת הביצים מכל הכיוונים ומניחים בעדינות על נייר האפייה.
7. מזלפים מעל שמן זית – השמן יעזור לנו לקבל אפקט של טיגון תוך התנור.
8. אופים 15-20 דקות או עד שהמפרומים מזהיבים יפה.
9. אם המגש התמלא ונשארו לכם עוד מפרומים לצפות, מומלץ לאפות אותם במגש אחר.

לרוטב:

1. מחממים סיר רחב ושטוח מעל להבה גבוהה.
2. מוסיפים את השמן, השום הפרוס, הסלרי הקצוץ ואת קוביות תפוחי האדמה שנשארו. מטגנים מעל להבה גבוהה אגב ערבוב 3-4 דקות, עד שהסלרי מתרכך מעט.
3. מוסיפים את הרסק והתבלינים ומערבבים יחד כחצי דקה.
4. מוסיפים את המים ובוחשים היטב.
5. מביאים לרתיחה, טועמים ומוסיפים עוד מלח ופלפל לפי הטעם. ממשיכים לבשל מעל להבה נמוכה לפחות עוד 10 דקות.

בישול המפרומים:

1. מניחים ברוטב שכבה אחת של המפרומים.
2. את המפרומים שנותרו אפשר לשמור בהקפאה עד שלושה חודשים.
3. מגבירים את הלהבה ומביאים לרתיחה.
4. כשהסיר רותח מכסים ומבשלים שעה מעל להבה בינונית נמוכה (הסיר צריך לבעבע כל הזמן). המנה מוכנה כשהמפרום רך לגמרי.
5. נשמר במקרר 4-5 ימים.

- Oz Telem @thekitchencoach