



Еште пейте но не будьте расточительны (Чистилище 31)
Бану Атабай Модест вкус Кулинарные рецепты

Артишок с мясом

Etli Enginar



6 небольших штук артишока
250 гр. баранины
1 средняя луковица
10 шт. лука-шалот
2 шт. зеленого перца
2 средних помидора
6 ст. л. подсл. масла
1 чайн. л. соли
0,5 стакана горячей воды

- # В разогретое масло добавить мелко порезанный лук и лук-шалот. Когда лук станет прозрачным, добавить мелко порезанный перец и порезанную кусочками баранину.
- # Когда выкипит жидкость, добавить потертые помидоры и соль. Довести до готовности.
- # Приготовленную мясную начинку выложить в тарелку, в эту же сковороду выложить очищенные артишоки в один ряд и залить мясной начинкой.
- # Закрыть крышкой и на среднем огне готовить 10 минут. Затем, добавить горячую воду и готовить пока артишоки станут мягкими.
- # Подавать горячим.

Время артишоков весна и начало лета.