



רכיבים:

1½ ק"ג כתף בקר

600 גרם פול (טרי או קפוא)

6 שיני שום, קלופות

3 שיני שום, כתושות

1 כף פפריקה חריפה/מתוקה

3 בצלים בינוניים, קצוצים גס

1 צרור כוסברה, קצוץ דק

½ כף כמון

מלח, פלפל שחור

אופן ההכנה:

1. בעזרת סכין חדה, חורצים בנתח הבשר 6 חריצים עמוקים (בעובי של 2 ס"מ כל חריץ) ודוחפים לכל חריץ שן שום שלמה.

2. מחממים בסיר רחב מעט שמן ומטגנים קלות את הבשר (על מנת לסגור אותו). מוציאים מהסיר ומניחים בצד.

3. מכניסים לסיר את הבצלים ומטגנים אותם, עד שנהיים שקופים.

4. חותכים את נתח הבשר לקוביות גדולות ומחזירים לסיר. מתבלים, מכסים את הסיר במכסה, מנמיכים הלהבה ומבשלים במשך כ - 20 דקות.

5. מוסיפים לסיר כחצי כוס מים רותחים וממשיכים לבשל. מידי פעם הופכים את הבשר (אם יש צורך אז מוסיפים מעט מים רותחים).

6. לאחר כשעת בישול, מוסיפים את הפול, הכוסברה ואת השום הכתוש ומבשלים לעוד כחצי שעה.