רכיבים:

1½ ק"ג בשר שריר - מספר 8 1 קופסת זיתים מגולענים ¼ כוס שמן 1 כף שום כתוש 1 כף אבקת מרק עוף

1 כפית כורכום

1 כפית פלפל שחור גרוס

1½ כוסות מים

אופן ההכנה:

1. חותכים את הבשר לקוביות בינוניות.
2. מסננים את הזיתים, ומשרים כ- ½ שעה במים רותחים.
3. מכניסים כל המצרכים לסיר לחץ, סוגרים ומבשלים במשך שעה וחצי לאחר הרתיחה.
4. משחררים לחץ, טועמים ומתקנים תיבול.