

זיל זיל טיבס.

רכיבים:

1 ק"ג בשר בקר או כבש חתוך לרצועות (בלי לנתק את הרצועות מהבסיס)

2 בצלים גדולים, חתוכים לרצועות גסות

1 פלפל חריף ירוק, חתוך לרצועות (ניתן להוסיף יותר פלפלים חריפים)

20 גרם שורש זנגוויל, קצוץ דק

3 ענפי רוזמרין, טריים

½ ראש שום, קלוף וחתוך גס

פלפל שחור, מלח לפי הטעם

1 כף הל שטוחה

3 כפות שמן

אופן ההכנה:

1. מחממים מחבת. מוסיפים את הבשר עם מעט מים ומבשלים במשך 10 דקות על אש גבוהה. (כדי שהוא יפריש את כל המיצים החוצה. תמיד כדאי לערבב את התכולה למניעת הדבקות הבשר למחבת).

2. מוסיפים שמן ומטגנים את הבשר עד הזהבה.

3. מוסיפים את הבצל עם הרוזמרין ומטגנים תוך כדי ערבוב למשך 10 דקות נוספות.

4. מוסיפים שום, פלפל שחור, הל, זנגוויל ומלח, מערבבים היטב ומבשלים למשך 2 דקות נוספות. מכבים את האש.

5. מוסיפים את הפלפל החרוף, ומגישים את הבשר על [אינג'ירה](#).