

סלק אפוי.

רכיבים:

סלקים

אופן ההכנה:

1. שלא כמו שיטות בישול אחרות, אין צורך לשפשף את הסלק עם המים, כי המים יגרמו לסלק להעלות אדים. אז פשוט לנקות את כל הלכלוך עם מגבת נייר. תוחכים את השורשים ואת הגבעולים ל $\frac{1}{2}$, אבל אין צורך לחתוך את הסלקים מעבר לכך.

2. מניחים את הסלקים בצלחת אפייה ומכסים ברדיד אלומיניום.

3. אופים בחום של 200 מעלות למשך שעה אחת, או עד שהם רכים. (בהתאם לגודל של סלק, ייתכן שיהיה צורך לבשל אותם עוד קצת)

4. מוציאים מהתנור ומצננים.

5. בעזרת האצבעות, מקלפים את קליפת הסלק.