רכיבים:

שתי לשונות בגודל בינוני, קלופות
1 בצל גדול, קצוץ
4 שיני שום, קלופות וקצוצות
2 גזרים
1 סלרי
מעט מלח
מעט פלפל
מעט פפריקה מתוקה
1 עלה דפנה
1 כוס צימוקים
4 כפות ריבת שזיפים או ריבה אחרת
1 כף קורנפלור
4 כפות שמן

אופן ההכנה:

1. בסיר גדול מחממים את השמן ומטגנים עד להזהבה אם הבצל והשום.

2. מתבלים ומוסיפים את לשונות הבקר. מטגנים כ-5 דקות על כל צד.

3. מוסיפים מים עד שמכסים כמעט את הלשונות. מביאים לרתיחהו מבשלים על אש קטנה במשך שעתיים.

4. מקררים ופורסים לפרוסות בעובי של 1½ ס"מ. (להסיר את השומן הקר והקרוש לשמור בתוך הסיר עם הנוזלים).

5. מערבבים בסיר בינוני 2 מצקות מרוטב הלשונות, מוסיפים לרוטב את הצימוקים, הריבה, הקורנפלור, הפפריקה, המלח והפלפל ומערבבים היטב.

6. מבשלים את הרוטב על אש קטנה במשך 20 דקות, או עד שהוא מצטצמם.

7. יוצקים על פרוסות הלשון ומגישים.