

طريقة عمل اللحم البقري بعصير الرمان

نوفمبر 4, 2017



Categories: [اطباق رئيسية](#), [المطبخ الاصيل](#)

(بواسطة :المحيط (نوال الوصابي

إليك طريقة تحضير اللحم البقري بعصير الرمان، وإعداده في مطبخك، ثم تقديمه إلى العائلة كوجبة شهية

المقادير :

- كيلو لحم بقري قطع متوسطة بدون عظم 1
- جزر قطع متوسطة 1
- بصل قطع متوسطة 1
- عود كرات قطع متوسطة 1/2
- عود كرفس قطع متوسط 1/2
- ثوم مفروم ناعم 3

- عيدان زعتر طازج
- كوب مرق 2
- كوب عصير رمان 3
- كوب خل بلسميك 2
- ملح وفلفل
- ملعقة كبيرة نشا مذاب في قليل من الماء 1
- ملعقة كبيرة زيت زيتون 4
- كوب بصل صغير 5
- كوب مشروم قطع متوسطة 3

: طريقة التحضير

1. يوضع اللحم في وعاء عميق كبير، تُضاف الخضروات، الزعتر، المرق، عصير الرمان والخل البلسميك مع التقليب.
2. (يُغطى الخليط بورق بلاستيك ويوضع بالبراد لمدة يوم كامل (أو خلال فترة الليل).
3. (تُرفع قطع اللحم من الخليط وتوضع على ورق نشاف وتُجفف من جميع الجهات (مع الاحتفاظ بباقي خليط التتبيلة).
4. يُسخن سطح شواء على نار متوسطة، توضع قطع اللحم 3 دقائق على كل جانب مع التقليب حتى تأخذ علامة الشواء من جميع الجهات، ثم تُرفع جانباً.
5. يُصفي خليط التتبيلة باستخدام قطعة شاش نظيفة، يتم التخلص من الخضروات ويوضع السائل في إناء.
6. يُضاف خليط النشا إلى السائل مع التقليب حتى تتجانس المكونات، ويُتبل بالملح والفلفل ويوضع جانباً.
7. يُسخن الفرن على حرارة 170 درجة مئوية.
8. يُسخن الزيت في إناء كبير (يصلح لدخول الفرن) على نار متوسطة، يُضاف البصل مع التقليب لمدة 10 دقائق حتى يحمر البصل ويصير لونه ذهبياً.
9. تُضاف قطع اللحم، المشروم، خليط سائل التتبيلة والنشا مع التقليب حتى تتجانس المكونات.
10. يُترك الخليط حتى يبدأ في الغليان، تُخفف الحرارة، يُغطى الإناء ويُترك على نار هادئة لحوالي 20 دقيقة أو حتى يغلظ قوام السائل.
11. يُرفع الغطاء ويوضع الإناء في الفرن ويُترك لحوالي ساعة ونصف أو حتى تمام نُضج اللحم.
12. يُقدم اللحم ساخناً مع الأرز أو المكرونة.