

מרק פרסי של רימונים, סלק ועשבים
המתכון מהאתר הטבעוני של אורי שביט. ההכנה שלו קלה אבל מעט ארוכה.
לינק למתכון המקורי באתר:

<https://vegansontop.co.il/persian-vegan-dinner/>

חומרים:

3 כפות שמן זית
2 בצלים גדולים, קצוצים דק
8 שיני שום פרוסות
½ כוס אורז בסמטי שטוף
½ כוס עדשים צהובות
2 סלקים מקולפים, חתוכים לקוביות גדולות
½ כפית כורכום
1 כף מלח
פלפל שחור גרוס
3 ליטרים מים
1 כוס כוסברה קצוצה דק
1 כוס פטרוזיליה קצוצה דק
1 כוס נענע קצוצה דק
2 צרורות בצל ירוק קצוצים דק (השתמשו בכל הגבעול)
1 כוס רכז רימונים
1 כף סוכר (לא חובה)

+ מחממים שמן זית בסיר גדול מעל להבה נמוכה. מטגנים את הבצל לאט כחצי שעה (כן!), עד שהוא משחים היטב.

+ כשהבצל מוכן, מוסיפים פרוסות שום, מערבבים ומטגנים דקה נוספת. מוסיפים אורז, עדשים, קוביות סלק ואת התבלינים היבשים ומערבבים היטב.

+ יוצקים את המים לסיר, מערבבים, מגביהים את הלהבה ומביאים לרתיחה. מנמיכים את הלהבה וממשיכים לבשל כחצי שעה נוספת.

+ מוסיפים לסיר את עשבי התיבול הקצוצים, מערבבים ומביאים שוב לרתיחה מעל להבה גבוהה. מנמיכים את הלהבה וממשיכים לבשל עוד כחצי שעה. מערבבים מדי פעם ואם המרק סמיך מדי, מוסיפים עוד מים.

+ מוסיפים רכז רימונים, מערבבים וטועמים. אם רוצים מוסיפים סוכר וממשיכים לבשל עוד 10 דקות.

+ מחלקים את המרק לקעריות הגשה, מעטרים בעלי נענע ובגרגירי רימון או קוביות סלק, ומגישים