كرنب بحشو الجزر



المقادير:

1 كرنب صغير.

1/4 كوب من زيت الزيتون.

1 بصلة متوسطة مفرومة.

2 فص من الثوم المفروم.

1 جزرة متوسطة مبشورة.

1/2 ملعقة صغيرة من القرفة.

1/2 ملعقة صغيرة من البهار.

ملح وفلفل.

1 حبة بطاطس مسلوقة ومهروسة.

1/2 كوب من البقدونس المفروم.

1/4 كوب من الزبيب.

أوراق بقدونس للتزيين.

الطريقة:

- يُجوّف الكرنب ليصبح مثل الكوب باستخدام سكين أو ملعقة، ويُفرم الناتج من التجويف لاستخدامه في الحشو.

- يُسخن الزيت في إناء على نار متوسطة، يضاف البصل والثوم مع التقليب لمدة 5 دقائق حتى يصبح لونه ذهبياً.

- يُضاف الكرنب، الجزر، القرفة، البهار مع التقليب لمدة 5 دقائق حتى تتجانس المكونات، ويتبّل بالملح والفلفل.

- تُخلط البطاطس والبقدونس والزبيب في وعاء عميق مع التقليب حتى تتجانس المكونات.

- يُضاف خليط الكرنب إلى خليط البطاطس مع التقليب حتى تتجانس المكونات.

- يُحشى الكرنب بالحشو مع الضغط الخفيف حتى يمتلئ بالحشو.

- يُلف الكرنب في قطعة قماش نظيفة (أو شاش) وتغلق بإحكام باستخدام خيط يتحمل الحرارة.

- يُسلق الكرنب في إناء فيه ماء مملح على نار متوسطة لمدة 15 دقيقة، أو حتى تمام النضج.

- يُوضع الكرنب المحشو في طبق التقديم، ويزين بالبقدونس.