

תנוסוף בסוכה

מנת העוף פופולארית מאד בארוחה ישראלית טיפוסית בזכות בשרו העדין למאכל ומחירו הזול. וכשמדובר בתנוסוף של תנובה אפשר למנות עוד תכונות: נקי, דלישומן וטרי תמיד, כי טריותו מוקפאת ונשמרת בצורה הטבעית והנכונה ביותר מרגע הכנתו במפעל ועד להכנתו במטבח. לכן עקרת בית ישראלית יכולה לפנק את בני ביתה בתפריטי תנוסוף טעימים גם בימות החול וגם בחגים.

מתכון לסוכות

בחג הסוכות, חג האסיף, מבטאים

את שפע התנובה החקלאית בקישוט הסוכה בפירות ובירקות. תבשיל תנוסוף עשוי עם מגוון ירקות הוא מאכל טעים וערב ביותר המתאים לאכילה בסוכה. זוהי ממש ארוחה בקדרה אחת, הגישי הכל בקדרה אחת אשר תשמור על חומו ועל ניחוחו.

8 מנות: 2 תנוסוף מחולקים למנות. 1 כפית מלח, חצי כפית פלפל שחור, חצי כפית פלפלת (פפריקה), 1 ק"ג תפוא, חתוכים לקוביות. 1 ק"ג בצל, חתוך לפרוסות. 4 כפות שמן, 1 כוס מים + 1 כפית אבקת מרק, 1 חבילת גזר ואפונה קפואים.

1. חלקי את תנוסוף לרבעים ותבלי

בתבלינים.

2. טגני בסיר גדול ושטוח את הבצל בשמן עד שיזהיב. הוסיפי את חלקי תנוסוף וטגני אותם עד שישחימו מכל הצדדים.

3. הוסיפי את קוביות תפוחי האדמה. צקי כוס מים ואבקת מרק. כסי את הסיר ובשלי ברתיחה אטית כשעה וחצי, עד שתנוסוף מתרכך. טעמי ותבלי לטעמך.

4. כ־20 דקות לפני ההגשה הוסיפי שקיק גזר ואפונה קפואים. סגרי והמשיכי לבשל. המנה המתקבלת היא טעימה, משביעה וצבעונית.

הגישי את תנוסוף והירקות כארוחה בקדרה אחת, אפשר בסיר בו בושלו.



תנובה העוף הצעיר בשקית הכתומה תנוסוף