**פויקה שפונדרה ברוטב הדרים**

מתכון של תמיר גל, קיבוץ שמיר: "המתכון שלנו הוא ייחודי והורכב על ידי בני המשפחה וחברים. כולם אוהבים לאכול יחדיו פויקה, תחת כיפת השמים, כך הטעם משובח וחד יותר"

**המרכיבים:**

* 2 ק"ג בשר שפונדרה, חתוך לחתיכות של 5-7 ס"מ
* 10 שיני שום קצוצות עם מעט ג'ינג'ר
* 5 גבעולי בצל ירוק חתוכים
* 2 חתיכות של עשב לימון
* 2 תפוחי אדמה, חתוכים לקוביות גדולות
* 2 קולרבי, חתוכים לקוביות
* 2 בטטות, חתוכות לקוביות גדולות
* 1 בצל
* כוס יין אדום
* 2 כפות דבש
* 1 כפית מלח
* 1/4 כוס רוטב סויה
* 2 כוסות מרק עוף
* 1.5 כוסות מיץ תפוזים סחוט טרי
* 2 כפות קליפת תפוז מגוררת (ללא החלק הלבן)
* פלפל שחור

**אופן ההכנה:**

מקמחים את חתיכות בשר השפונדרה בקמח מלח ופלפל. מוסיפים שמן זית, מטגנים את חתיכות הבשר כ-2 דקות ומוציאים מהסיר.

מכינים את הרוטב: מטגנים 10 שיני שום קצוצות עם קצת ג'ינג'ר, 5 גבעולי בצל ירוק חתוך ושתי חתיכות של עשב לימון.

מוסיפים כוס יין אדום, מיץ תפוזים סחוט טרי, קליפת תפוז מגוררת, 2 כפות דבש, כפית מלח, 1/4 כוס רוטב סויה, 2 כוסות מרק עוף ופלפל שחור. מביאים לרתיחה ומוספים את הבשר.

לאחר שעתיים של בישול הבשר (על אש קטנה מאוד) מוסיפים את ירקות השורש ומבשלים עוד כשעתיים.

מגישים עם אורז או חלה של שישי בצד.

בתיאבון.

המתכון כפי שפורסם ב YNET באדיבות מרינדו עין גב.