



רכיבים:

1 כוס סולת

2 כפות קמח לבן

2 כפות קמח חמוס

4 כוסות מים

200 גרם מרגרינה או 1 כוס שמן

1 כוס סוכר

8 גרגירי הל טחונים

4 כפות שקדים קלופים וחתוכים לקישוט

אופן ההכנה:

1. מניחים מים, גרגרי הל טחונים וסוכר בסיר עם תחתית עבה. מבשלים על אש נמוכה עד שמתקבל סירופ.

2. מערבבים בקערה סולת, קמח וחומוס טחון. מוסיפים את תכולת הקערה למחבת טפלון יבשה לחלוטין. מערבבים וקולים את תכולת המחבת על אש בינונית כ-10 דקות, עד שהתערובת מקבלת צבע צהבהב. יש להקפיד שלא לשרוף את התערובת.

3. מוסיפים את המרגרינה או השמן ומערבבים עד קבלת עיסה חומה וחלקה.

4. מקטינים את האש ומוסיפים את הסירופ שהכנו מראש בהדרגה ותוך ערבוב מתמיד. מערבבים בחוזקה כדי למנוע היווצרות גושים. ממשיכים לבשל כ-5 דקות תוך ערבוב ומורידים מהאש.

5. יוצקים לקעריות הגשה ומקשטים בשקדים קצוצים. ניתן להגיש את המנה ניתנת חמה או בטמפרטורת החדר.