

فاروتو القرع

النشخص : 0

الوقت الكلي: 0 min

وقت التحضير: 0 min

وقت الطبخ: 0 min
المكونات:

بيوريه القرع:

- 300 جرام من القرع , مقطعة إلى مكعبات
- 2 فص من الثور
- 1 ملعقة صغيرة من المريمية المجففة
- 1 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون أو الزبدة
- 3/4 كوب من مرقة الخضروات
- الملح, حسب الذوق

الخضروات:

- 200 جرام من القرع (نوعه butternut) , مقطع إلى مكعبات حجمها 1/2 إنش
- 200 جرام باذنجان, مقطع الي مكعبات حجمها 1/2 إنش
- 1 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون
- ملح

- 2/1 كوب من الهليون

الفاروتو:

- 1 1/4 كوب من الفارو, مشطوف
- 3 أكواب من مرقة الخضروات, أو المزيد إذا أحتجتم
- 1/2 ملعقة صغيرة من الملح
- 4/1 كوب من جبن البارميزان, مبشور

الزينة:

الخطوات:

1. لعمل البيوريه: يسخن الزيت أو الزبدة, ونضيف القرع, الثوم, والمريمية. ثم نضيف المرقة والملح. يترك علي نار هادئة ويغطي بورق فويل به شقوق حتي يصبح القرع لين مع اختبار الشوكة. نزيل المريمية, ثم نحول المزيج إلى بيوريه أملس. نتذوق لتجربة التوابل ثم نتركه جانباً ولكن نبقية دافئ.

2. لعمل الخضروات المشوية: نضع مكعبات القرع والباذنجان في الزيت والملح. ثم نضعهم في فرن مسخن مسبقاً (علي درجة حرارة 220س) ونحصد لمدة من 5 الي 10 دقائق حتي تصبح المكعبات لونها ذهبي. أما بالنسبة للهلوين يتم وضعه في ماء مغلي لنقل من دقيقة ثم نزيله.

3. لعمل الفاروتو:

• نجهع الفارو في مقلاة كبيرة مع المرقة والملح. نتركه يغلي علي نار هادئة حتي يصبح الفارو مطهياً علي طريقة al dente, من 15 الي 20 دقيقة. ثم نصفي الفارو ونعيده الي المقلاة.

• ضيف البيوريه, ونطهي علي نار متوسطة ونقلب بين الحين والآخر حتي يصبح كريمي في مدة من 4 الي 6 دقائق, ثم نضيف المزيد من المرقة إذا لزم الأمر.

• نقلب الخضروات المشوية والهلويون مع المزيج (ونترك القليل جانباً من أجل الزينة) والبارميزان المشورة.

• يقدم مزين بفتات جبن الهاعز, الخضروات المحفوظة وبذور اليقطين المحمصّة.