

طبق الخرشوف (الأرضي شوكي)

المقادير:

- حبتان كبيرتان من الأرض شوكي وزن الواحدة 280 غ
- 2 ملاعق خل ابيض
- 1 ملعقة صغيرة من بذور الخردل
- $\frac{1}{2}$ ملعقة صغيرة من حبوب الفلف الاسود
- ماء
- عرقان من الكراث الاندلسي الفروم ناعما (او بصل اخضر)
- $\frac{1}{2}$ كوب من البقدونس مفروم فرما ناعما
- 20 غ من الاعشاب العطرية الطازجة المفرومة (بقدونس، شبت ، زعتر)
- فص صغير من الثوم المدقوق
- عصير ليمونة حامضة
- برش قشر ليمونة
- بياض بيضة مسلوقة
- بهار اسود مطحون

طريقة التحضير:

- تزال اوراق الخرشوف الخارجية الخشنة ويشذب ساقها حتى يصبح قعرها مسطحا .
- يقص الثلث الأعلى من الارضي شوكي باستخدام سكين حادى وتشذب الاطراف الحادة من الاوراق المتبقية ثم تغسل حبات الارضي شوكي جيدا .
- تصف حبات الارضي شوكي في قعر قدر بحيث تكون حباتها متلاصقة مع بعضها البعض ويضاف الخل وبذور الخردل وحبات الفلفل الاسود ثم يغطى نصف الارضي شوكي بالما .
- يغطى القدر وتترك المكونات لتغلي على نار قوية ، بعدئذ تخفف النار حتى تغلي على نار هادئة بينما القدر مغطى جزئيا حتى تنضج الارضي شوكي وتتمكن من ثقبها بسهولة .
- تصف حبات الارضي شوكي في صينية معدنية وتوضع في الثلاجة لمدة 15 دقيقة .