

## מרק בשר ושעועית

**רשימת המצרכים (8 מנות)**

2 כוסות שעועית לבנה מושרית לפחות 8 שעות

0.5 קילו בשר כתף בקר מס' 5 חתוך לקוביות

1 בצל קצוץ היטב

4 שיני שום חתוך לפרוסות קטנות ודקות

10 עגבניות מגורדות

3 כפות רסק עגבניות

1 כף מלח גס

2 כפית כמון

2 ליטר ציר עוף { 4 כפות אבקת מרק עוף אסם ו-2 ליטר מים חמים }

0.5 כפית פלפל גרוס

3 כפות שמן זית

**הכנה (4:30 שעות)**

בסיר רחב וגבוה המתאים למרק מחממים את שמן הזית. מטגנים את הבצל עד לשקיפותו ומוסיפים את השום. מוסיפים את הרסק ומטגנים למשך כ-5 דקות, עד ליצירת רוטב בסיס אחיד.

מוסיפים את העגבניות המגורדות ואת ציר העוף ומערבבים היטב. מוסיפים את כל התבלינים והשעועית הלבנה (שהושרתה ונשטפה היטב). מתחילים לבשל במכסה סגור.

"סוגרים" במחבת את קוביות הבשר עם מעט שמן זית, מלח ופלפל. המטרה היא שהבשר לא יתייבש ויאבד מהנוזלים במהלך הבישול. מוסיפים את קוביות הבשר למרק ומבשלים למשך כ-4 שעות על להבה נמוכה.

מגישים עם אורז לבן מתובל במעט מלח