



Hozzávalók:

20-25 dkg szép nagy parajlevél, de lehet mangoldlevél is, só

a sárgarépás masszához: 70 dkg sárgarépa, 2-3 dkg tisztított vaj (ghí), só, őrölt fekete bors, 3 tojás, 4 evőkanál (75 gramm) kókuszkrém (ebből lehet tejet készíteni)

a pórés masszához: 70 dkg póréhagyma, 3-4 dkg tisztított vaj (ghí), só, őrölt fehér bors, 3 tojás, 4 evőkanál (75 gramm) kókuszkrém (ebből lehet tejet készíteni), 10

dkg zöldborsó

a forma kikenéséhez: tisztított vaj (ghí)

1. A paraj szárát lecsipkedjük, a leveleket megmossuk, majd enyhén sózott, forrásban lévő vízben éppen csak 1 percig főzzük. Ezután szűrőlapáttal hideg vízbe átszedjük, lehűtjük.
2. A sárgarépát megtisztítjuk, apróra vágjuk vagy a reszelő nagy lyukú oldalán lereszeljük. Az olvasztott tisztított vajon (ghín) 2-3 perc alatt megfuttatjuk. Megsózzuk, megborsozzuk, 0,5 deci vizet öntünk alá és lefödve, kis lángon 15 perc alatt puhára pároljuk, majd fedő nélkül zsírjára sütjük. Ha kihűlt, a tojással és a kókuszsűrítménnyel turmixoljuk. A pórés masszát ugyanígy készítjük el. (Fontos: a póréhagymának tisztítva, tehát a zöldje nélkül kell 70 dekának lennie!) A zöldborsót enyhén sózott vízben puhára főzzük, leszűrjük, a pórépürébe keverjük.
3. Egy kb. 1,5 literes püspökkenyérformát tisztított vajjal (ghível) kikenünk, a lecsöpögtetett parajlevelekkel kibéleljük. Ha marad belőle, az majd a tetejére kerül.
4. A répapüré felét belesimítjuk, amire rákenjük a pórépürét. Ezt a rétegezést még egyszer megismételjük, végül ha maradt, a tetejére is parajleveleket borítunk. Tisztított vajjal (ghível) megkent alufóliával lefedjük, magas falú tepsibe tesszük, és annyi vizet öntünk köré, amennyi a forma feléig ér.
5. Előmelegített sütőben, jó közepes lánggal (190 °C, légkeveréses sütőben 170 °C) kb. 50 percig gőzöljük. Kicsit hűlni hagyjuk, majd vágódeszkára borítjuk és kisujjnyi vastagon folszeleteljük. Melegen, hidegen egyaránt kitűnő.

Jó tanács

- Ha melegen tálaljuk, kínáljuk paradicsommártással.

8 főre

Elkészítési idő: 2 óra

Egy adag: 248 kcal