شوربة الخضار والشعير مع اللحم

المقادير:

- 500 غرام من لحم العجل بالعظم.

- بصلة مقطعة مكعبات.

- ملعقتا طعام من زيت الزيتون.

- فصّا ثوم مدقوقان.

- 425 غراماً من الطماطم المقطعة المعلبة.

- ملعقة طعام من رُب الطماطم.

- نصف ملعقة صغيرة من الزعتر البري (Oregano).

- ستة أكواب من مرق البقر.

- 300 غرام من البطاطا المقطعة مكعبات.

- 300 غرام من القرع المقطع مكعبات.

- ثلاثة أرباع الكوب من الشعير.

-200 غرام من الكوسة المقطعة شرائح.

الطريقة:

انزعي العظم من اللحم ثمّ قطعيه مكعبات بحجم 5 سم. ضعي الزيت في مقلاة سميكة القعر، ارفعيها على النار، وعندما يحمي الزيت أضيفي اللحم، حركي حتى يتحمّر، ارفعيه فوق مناديل ورقية، ثمّ أضيفي البصل إلى المقلاة نفسها، وحرّكيه مدة خمس دقائق فوق نار هادئة ثمّ أضيفي الثوم، ثمّ حركيه مدة دقيقة واحدة. أضيفي اللحم المقلي والطماطم ورُب الطماطم والزعتر والمرق والبطاطا والقرع. اغسلي الشعير جيّداً، صفّيه ثمّ أضيفيه إلى المقلاة. عندما يغلي المرق غطي المقلاة واتركيها فوق نار هادئة مدة عشرين دقيقة حتى تنضج المواد، ثمّ أضيفي الكوسة، اتركي المقلاة فوق النار مدة عشر دقائق أُخرى أو حتى ينضج الشعير.

- الكمية تكفي لـ(6) أشخاص.