

# Memulaym

Tiempo de preparación: 30 Min



## Ingredientes

### Frutas secas

**Ciruelas secas:** 10 Unidades

**Pasas de Uva:** 3 cda.

**Damascos secos:** 10 Unidades

### Relleno

**Pimienta turca:** A gusto

**Cilantro Picado:** 1 cda.

**Carne picada:** 1 k

**Azucar:** 3 cdas.

**Menta picada:** 1 cda.

**Acelga:** 8 Hojas

**Cebollas:** 5 Unidades

**Sal y Pimienta:** A gusto

**Arroz:** 3/4 Taza

**Hojas de parra:** 8 Unidades

**Canela En Polvo:** 2 cdita.

### Salsa

**Jugo de Naranja:** 1 Taza

**Jugo de Limón:** 1 Taza

**Azucar:** 400 grs.

**Tomate:** 1 Unidad

**Menta:** 5 Hojas

**Cebolla:** 1 Unidad

**Extracto De Tomate:** 1 cda.

**Tomillo:** 2 Ramas

**Romero:** 2 Ramas

### Varios

**Garbanzos cocidos:** 1 Taza

**Humus (pasta de garbanzos):** A gusto

# Preparación de la Receta

## Salsa

- Pele y corte la *cebolla* en *brunoise*.
- Coloque el azúcar en una olla y lleve a fuego, una vez que comience a caramelizar añada el jugo de *limón* y *naranja* mientras mezcla con una cuchara de madera, deje que el azúcar se disuelva por completo y una vez que los jugos se redujeron agregue el extracto de *tomate* junto con el *tomate* previamente cortado en *brunoise*, mezcle y cocine unos segundos.

## Relleno

- Pele y retire el interior de las cebollas para poder rellenarlas.
- Blanquee las hojas de acelga y las de parra.
- Coloque en un bowl la carne picada junto con el *arroz*, las 2 cucharadas de azúcar, sal, pimienta, canela en polvo, pimienta turca, *cilantro* y *menta* picada, integre los ingredientes con las manos como amasando.

## Armado

- Extienda una hoja de acelga blanqueada y coloque en el extremo mas angosto una pequeña porción del relleno en forma cilíndrica, luego enrolle doblando las puntas.
- Proceda al igual que con la acelga con las hojas de parra.
- Con la ayuda de una cuchara o con las manos rellene las cebollas.
- Disponga sobre la salsa los envuelto de parra y acelga y las cebollas rellenas, agregue la *cebolla* en *brunoise* y cocine a fuego mínimo
- Perfume con las hojas de *menta*, *romero* y *tomillo*, tape y cocine durante 30 minutos aproximadamente.
- A mitad de cocción agregue las frutas secas, tape nuevamente y termine la cocción.

## Presentación

- Sobre un plato forme un pequeño círculo con el humus y en el centro de este decore con garbanzos.
- Luego sirva un rollo de parra, acelga y una *cebolla*, acompañe con la salsa y las frutas secas.
- Decore con aceite de oliva y espolvoree con pimienta turca y hojas de *menta*.

Consulta la receta original en  
<https://elgourmet.com/recetas/memulaym>