

## תחתיות ארטישוק (חרשפים) ממולאות בבשר

### המצרכים: (ל-6-7 מנות)

1 קופסה תחתיות ארטישוק  
משומרות או לבבות טריים שעברו  
רתיחה

### המצרכים למלית:

200 גרם בשר בקר מבושל או עוף  
מבושל או פסטרמה  
2 כפות גדושות מיונו  
2 כפות רוטב צלפים או זיתים  
ירוקים קצוצים  
1 כפית רוטב סויה  
מלח ופלפל לבן לטעם  
1 כפית בצל ירוק קצוץ (החלק הלבן)  
2 כפות צנוברים קלויים או  
אגוזים קלויים קצוצים

### לקישוט והגשה:

שקדים חלוטים  
רצועות עלי חסה, עגבניות קטנות  
ועלי שמיר.

### ההכנה:

מסננים היטב את לבבות  
הארטישוק.  
חותכים את הבשר לקוביות  
קטנות מאוד. מוסיפים את יתר  
המצרכים לפי הסדר.  
מערבבים ומשפרים את הטעם.  
ממלאים את תחתיות הארטישוק  
במלית, מניחים למעלה שקד