**פויקה עוף ופרגיות**

המתכון של משפחת זרגרי, קצרין: "הפויקה רחוק מעיסוקי היום יום. יש בזה חוויה חיובית, מעבר לטעם הטוב של התבשיל שבכל פעם מפתיע מחדש".

המרכיבים:

* 2 תפוחי אדמה
* 2 גזרים
* 1 שורש כוסברה
* 1 עוף מחולק
* 1 ק"ג פרגיות
* פטריות טריות - לפי הטעם
* 2 כוסות אורז מושרה במים

למרינדה:

* 2 כפות דבש
* 1/4 כוס רוטב סויה
* 3 כפות שמן זית
* 5 שיני שום כתושות

אופן ההכנה:

משחימים את העוף והפרגיות בסיר.

לאחר השחמה, מוסיפים את כל הירקות, יוצקים את המרינדה, מוסיפים מים עד לכיסוי העוף והירקות ונותנים לתבשיל להתבשל. מכניסים לשקית קוקי את האורז ומכניסים לסיר.

לאורך הבישול מוודאים שיש מספיק נוזלים.

בתיאבון.

המתכון כפי שפורסם ב YNET באדיבות מרינדו עין גב