

## מרכיבים

1 חבילת טחון צמחוני

1 בצל קצוץ דק מטוגן

1/2 כוס תערובת עשבי תיבול קצוצים - פטרוזיליה, כוסברה, נענע

1/2 כפית קינמון

3 בטטות קטנות

2 בצלים בינוניים

6 עלי כרוב סגול

4 כפות שמן זית

1 כף רסק עגבניות

1 כף לימון כבוש קצוץ דק

1 כוס מים

1 כף סילאן

2 שיני שום כתושות

1/2 כפית פפריקה חריפה

1/2 כפית קינמון

6 משמשים מיובשים קצוצים גס

2 כפות פיסטוק קצוץ גס

1 בצל סגול קטן קצוץ דק

1/4 כוס תערובת עשבי תיבול קצוצים - פטרוזיליה, כוסברה, נענע

4 כפות שמן זית



6 מנות



1 שעות 43 דקות



הכנה למתקדמים

סיר צבעוני ומיוחד של ירקות ממולאים בכל טוב צמחוני, עם רוטב מלא בטעמים וסלסה מתקתקה. טעים וקל להכנה

## הוראות הכנה

## .1

מפשירים את הטחון הצמחוני.

## .2 לריכוך הבצלים

מרתחים סיר גדול עם מים ומלח, מבשלים על סף רתיחה את שני הבצלים בשלמותם עד לריכוך, כחצי שעה.

## .3

מוציאים את הבצלים ומניחים לסינון, מוסיפים לסיר מים במידת הצורך. מרתחים שוב ומבשלים בהם את עלי הכרוב ב - 6 דקות, עד לריכוך.

## .4 לריכוך הבטטות

מרככים את הבטטות 5 דקות במיקרוגל. חוצים את הבטטות ומרוקנים בעזרת כפית.

## .5 להכנת המלית

מערבבים יחד את כל המרכיבים - טחון צמחוני, בצל קצוץ דק מטוגן, 1/2 כוס תערובת עשבי תיבול, 1/2 כפית קינמון, ומלח ופלפל לפי הטעם, מוסיפים את שאריות הבטטה.

## .6

ממלאים את הבטטות, מפרידים 6 גלדים יפים של בצל וממלאים, כמו כן מגלגלים את עלי הכרוב.

## .7 להכנת הרוטב

בסיר רחב שמים את כל חומרי הרוטב - 4 כפות שמן זית, רסק עגבניות, לימון כבוש, מים, סילאן, שום, פפריקה, קינמון ומלח ופלפל לפי הטעם, ומביאים לרתיחה. מניחים בסיר את הממולאים ומכסים. מבשלים על להבה נמוכה כחצי שעה.

## .8 להכנת הסלסה

מערבבים את כל המרכיבים - משמשים, פיסטוק, בצל סגול, 1/4 כוס תערובת עשבי תיבול, 4 כפות שמן זית ומלח ופלפל לפי הטעם.

## .9 להגשה

מניחים את הממולאים על צלחת הגשה ומפזרים את הסלסה מעל, מגישים לצד אורז.

המתכון של סבינה ולדמן

בדוק מתכונים נוספים ב - TIVALL.CO.IL