



## מרכיבים

חבילה שניצל תירס 1

1 חבילת פסטה ספגטי

1 צנצנת רוטב עגבניות מוכן (400 גרם)

1 ראש ברוקולי גדול חתוך לפרחים קטנים

2 כפיות מלח

צהוב, ירוק ואדום מרכיבים ארוחה מזינה, טעימה ומשביעה שמכינים מהר ובקלות

## הוראות הכנה

### 1. להכנת הברוקולי

בסיר מים רותחים, עם 2 כפיות מלח, מבשלים את פרחי הברוקולי כ- 10 דקות עד שהם מתרככים מעט.

### 2. להכנת השניצל

מחממים את השניצל בטוסטר או בתנור כ- 10 דקות עד להשחמה.

### 3. להכנת הפסטה

מכינים את הפסטה עפ"י ההוראות על גבי האריזה.

### 4.

מחממים במחבת עמוקה את רוטב העגבניות ומביאים לרתיחה. מוסיפים את הפסטה המוכנה ומערבבים היטב.

המתכון של מערכת טבעול

[TIVALL.CO.IL](https://TIVALL.CO.IL) - בדוק מתכונים נוספים ב