

אגרול אפוי עם רוטב טריאקי



רכיבים

- חבילה לקט ירקות להקפצה קפוא (קפוא או טרי)
- כוס רוטב טריאקי 290 מ"ל
- חבילה בצק עלים או בצק לסיגרים

הכנה

1. מקפיצים את לקט הירקות עם רוטב הטריאקי במשך מספר דקות. אם הירקות קפואים, חשוב שיפשירו היטב.
2. מחממים תנור ל-180 מעלות.
3. נוטלים עלה בלינצ'ס, מניחים במרכזו כף גדושה מהירקות המוקפצים, מקפלים את הצדדים ומגלגלים לחבילה הדוקה. מניחים בתבנית משומנת חסינת חום. חוזרים על הפעולה עם כל שאר עלי הבלינצ'ס.
4. מורחים את חבילות הבלינצ'ס במעט שמן, ומכניסים לתנור לרבע שעה של אפייה, עד שפני המאפים מזהיבים.
5. מומלץ להגיש עם רוטב טריאקי בצד. בתיאבון!

45 דקות

6 servings 6