

פשטידת במבה



רכיבים

- כפות שמן קנולה
- 1/4 4/1 כוס פירורי לחם פירורית זהב
- 1/2 2/1 כוסות תירס מסונן מקופסה
- שקית במבה קלאסי 80 גרם 80 גרם
- גביע שמנת חמוצה
- ביצה
- כפית מלח
- גרם גבינה צהובה מגוררת

הכנה

1. משמנים תבנית פיירקס (תבנית פיירקס או תבנית בעלת שוליים גבוהים - 30 ס"מ) בשמן ומקמחים בפירורי הלחם.
2. מערבבים את כל יתר החומרים בקערה. יוצקים לתבנית.
3. אופים כ-45 דקות בחום בינוני (180 מעלות) עד שהפשטידה זהובה כהה.
4. מגישים חם או בטמפרטורת החדר. *ניתן להמיר את השמנת החמוצה באשל או גיל, לתשומת לבך, החלפת הרכיב יכולה לשנות את הערכים התזונתיים של המתכון.



8 servings 8

