

מפרודה - נזיד עדשים ופיתה עירקית



רכיבים

- כוס עדשים אדומות
- חבילה רסק עגבניות
- עגבנייה
- כפות שמן קנולה
- בצל
- לפי הטעם מלח לפי הטעם
- כף מרק עוף אמיתי ר.טבעיים
- לפי הטעם פלפל שחור

הכנה

1. מזהיבים מעט בצל בסיר. לאחר מכן מוסיפים את העגבניות הטרויות המגורדות, רסק עגבניות, כף אבקת מרק עוף, פלפל ומלח לפי הטעם.
2. לאחר שהכל מתבשל טוב, מוסיפים כוס עדשים אדומות שטופות לתוך המרק ומוסיפים מים, כמה שצריך.
3. לתת לזה להתבשל עד שהעדשים מתרככים, מוסיפים חתיכות של פיתה עירקית לתוך המרק המבושל. מחכים כעשרים דקות ואפשר לאכול.

4 servings 4