



רכיבים

- חבילה פתיתים אפויים קוסקוס
- בצל קצוץ
- עגבנייה חתוכה לקוביות
- גזר חתוך לקוביות
- פלפל אדום חתוך לרצועות
- גרם בשר בקר טחון
- כפית מלח
- כפית פלפל שחור
- כפית אבקת שום
- כפית פפריקה אדומה מתוקה

הכנה

1. הכנת הרוטב: מטגנים את הירקות לפי הסדר הבא - בצל, גזר, עגבנייה ופלפל. מטגנים כעשר דקות עד לריכוך.
2. שמים את הירקות בצלחת, ומטגנים את הבשר הטחון עד שהוא שהוא מחליף את צבעו לחום.
3. מחזירים את הירקות, ומוסיפים את רוטב הבולונז והתבלינים ומבשלים כחצי שעה.
4. מכינים את הפתיתים כמו שכתוב על השקית.
5. הגשה: שמים הר של פתיתים על הצלחת ומעל שמים את בשר הבולונז. בתיאבון!

60 דקות ⌚

6 servings 6 ⊕