

## חזה עוף עם נבטים סינים



### רכיבים

- בצל
- גרם חזה עוף
- כפות שמן קנולה
- שיני שום כתוש
- חבילות רסק עגבניות
- חבילה נבטים
- 1/2 2/1 כפית פלפל שחור
- 1/2 2/1 כפית כמון טחון
- כפית מלח
- 1/2 2/1 כפית זעתר

### הכנה

1. מקלפים את הבצל וקוצצים לקוביות בינוניות. קוצצים גם את השום דק דק.
2. מרתיחים את השמן בסיר. מוסיפים את הבצל ואת השום ומטגנים קלות.
3. מוסיפים את חזה העוף, הנבטים, רסק העגבניות והתבלינים.
4. מוסיפים מים עד ל 3/4 מהסיר, מביאים לרתיחה ומבשלים כ-40 דקות.

50 דקות

4 servings 4