

## קדירה ים תיכונית על מצע אינטריה



### רכיבים

- 1/2 2/1 קילוגרם בשר בקר צלי כתף חתוך לקוביות
- עגבנייה בשלות חתוכות לרבעים
- בצל בינוניים חתוכים לרבעים
- פלפל ירוק חריף חתוך לרצועות
- גזר חתוכים לפרוסות גסות
- שיני שום
- 1/2 2/1 כוס שמן זית
- זר כוסברה קצוצה
- חבילה נודלס אטריות ביצים רחב (לאינטריה)
- כפות שמן קנולה (לאינטריה)
- כפית כורכום (לאינטריה)
- שיני שום או לפי הטעם - קצוצות (לאינטריה)

### הכנה

1. צורבים את הבשר בשמן זית.
2. מוסיפים את כל הירקות לסיר, מתבלים במלח ופלפל לפי הטעם. מבשלים על להבה נמוכה כשעתיים לפחות.
3. להכנת האטריות: מבשלים את אטריות הנודלס במים מתובלים במלח, פלפל, כורכום, שמן ושום קצוץ.
4. ניתן להגיש עם טחינה בצד - טחינה גולמית, מלח, מיץ מלימון אחד ומעט מים.

30 דקות

6 6