

מקלוני ירקות טבעול בשום,
לימון ושמן זית



רכיבים

- 1/2 1/2 חבילה מקלוני ירקות כרובית טבעול
- 1/2 1/2 חבילה מקלוני ירקות ברוקולי טבעול
- 1/2 1/2 חבילה מקלוני ירקות בטטה וגזר טבעול
- שיני שום קצוצות
- כפות שמן זית
- זר פטרוזיליה קצוצה
- לימון סחוסים
- 1/2 1/2 כפית צ'ילי גרוס או מתוק
- 1/4 1/4 כפית מלח

הכנה

1. מכינים את מקלוני הירקות לפי ההוראות שעל גבי האריזה (אפשר על 180 מעלות בתבנית אייר פריי כ-18 דקות) אפשר גם לטגן, העיקר שיצאו קריספיים.
2. שמים במחבת שמן זית ומחממים את השמן מעט. מטגנים קלות את שיני השום על אש בינונית נמוכה.
3. מוסיפים את הפלפל היבש לשמן. מוסיפים את הלימון והמלח ומערבבים הכל לאיחוד. □ מוסיפים חצי מכמות הפטרוזיליה.
4. מעבירים את המקלונים לקערה, זולפים עליהם את הרוטב ומקפיצים כדי שהטעמים יספגו במקלות. מפזרים עוד פטרוזיליה קצוצה ומגישים עם דיפ שאוהבים אני הגשתי עם לאבנה וזעתר.

20 דקות ⌚

6 6 ⊕