



קל



30 דקות



2 מנות

## מרכיבים

סלט עדשים חומות חם עם המון ירקות מוקפצים, תבלינים ופיסות שניצל מן הצומח שמוסיף קריספיות

## הוראות הכנה

1. מחממים מחבת גדולה, מוסיפים שמן זית ומאדים את הבצל עד להזהבה.
2. מוסיפים, שום, רוזמרין, סלרי וגזר ומטגנים עד להשחמה.
3. להרכבת הסלט  
מוסיפים את הפלפלים, העדשים המבושלות, פטרוזיליה ומתבלים במיץ לימון, מלח ופלפל.
4. מחממים את השניצל, חותכים לקוביות, מערבבים עם הסלט ומגישים.

- 1 יחידה שניצל דק צמחוני
- 2 כוסות עדשים חומות מבושלות ומצוננות
- 2 גזרים חתוכים לקוביות קטנות
- 3 גבעולי סלרי חתוכים לקוביות קטנות
- 1 בצל סגול גדול חתוך לקוביות קטנות
- 2 שיני שום קצוצות דק
- 1 כפית רוזמרין טרי קצוץ
- 1 פלפל אדום חתוך לקוביות קטנות
- 1 פלפל צהוב או כתום חתוך לקוביות קטנות
- 1 פלפל צ'ילי אדום חתוך לטבעות (לא חובה)
- 2 כפות שמן זית
- 1 לימון סחוט

המתכון של בת-חן דיאמנט

בדוק מתכונים נוספים ב - TIVALL.CO.IL