



קל



30 דקות



4 מנות

## מרכיבים

1 חבילה חטיפי כרובית

4 לאפות

1/3 כוס שמן זית או צמחי אחר

3 כפיות תבלין לשווארמה

2 בצלים בינונים פרוסים דק

2 עגבניות גדולות חתוכות לקוביות קטנות

1 בצל סגול פרוס דק

1 פלפל ירוק חריף פרוס דק

1/4 צרור פטרוזיליה קצוצה דק

1 כף שמן זית

## הוראות הכנה

1.

מחממים תנור ל-180 מעלות.

### 2. להכנת השווארמה כרובית

שמים בקערה את חטיפי הכרובית ומוסיפים 2 כפיות תבלין לשווארמה ו-2 כפות שמן זית ומערבבים.

3.

מעבירים לתבנית מרופדת בנייר אפייה ואופים כ-25 דקות (עד שהכרובית מתחילה להזהיב).

4.

מוציאים ושומרים בצד (עד לשלב זה ניתן להכין מראש).

5.

מחממים את השמן הנוטר במחבת, מוסיפים את הבצלים ומטגנים 8-10 דקות עד להזהבה.

6.

מוסיפים 1 כפית תבלין לשווארמה ומלח.

7.

מקפיצים קלות ומוסיפים את חטיפי הכרובית. מקפיצים כדקה.

### 8. להכנת סלט העגבניות

מערבבים בקערה קטנה את מרכיבי הסלט - עגבניות, בצל סגול, פלפל חריף, פטרוזיליה, שמן זית ומלח לפי הטעם.

### 9. להרכבת המנה

מניחים על לאפה 2-3 כפות סלט עגבניות, מעל רבע מכמות השווארמה. מזרזפים מעט טחינה, מגלגלים ומגישים מיד.

המתכון של רות אוליבר

בדוק מתכונים נוספים ב - TIVALL.CO.IL