

بروكلي مع صلصة الطماطم وجبن تاليجيو



30 min. مدة التحضير:

الصعوب: بسيط

(المكونات) شخصين

لإعداد هذه الوصفة قمنا باستخدام

المكونات

- 100 جرام 100g باساتا دي بمودورو ل + 500
- بروكل 200 جرام
- بقونس بالقدر الكافي
- جين تاليجيو 80 جرام
- زيت زيتون بكر ممتاز بالقدر الكافي
- فلفل بالقدر الكافي
- ملح بالقدر الكافي



التحضير

1. قسّم البروكلي إلى قطع من نفس الحجم تقريباً واطبخها في ماء مغلي مملح لمدة 10 دقائق.
2. قم بتصفية قطع البروكلي وضعها في طبق فرن ثم أضف الطماطم ومكعبات جبن تاليجيو وملح وفلفل وبقدونس واطهي المزيج في فرن مضبوط على 180 درجة لمدة 10 دقائق.