

תבשיל ירקות מאודים – מנטרל חומציות

מרכיבים:

כרוב שלם – חתוך לרצועות.

ברוקלי – 3 גבעולים לפרק לפרחים.

חצי כרובית- לפרק לפרחים.

4 גבעולי סלרי- לחתוך לרבועים.

בצל קטן.

כפית וחצי כורכום.

מלח- לפי הטעם.

פלפל- לפי הטעם.

מעט מים.

3/4 כוס לימון סחוט.

סירופ אגבה- חצי כפית.

אופן ההכנה:

לשים מעט שמן ולאדות, להוסיף כפית וחצי כורכום.

מלח- לפי הטעם.

פלפל לפי הטעם.

3/4 כוס לימון סחוט.

מעט מים.

ניתן לשבור את החמיצות עם מעט סירופ אגבה.