

רכיבים:

1 שקית ברוקולי קפוא (שקית מכילה 800 גרם), חתוך גס

2 בצלים גדולים, קצוצים

300 גרם גבינה בולגרית 5%, (גוש)

1 גביע קוטג' 5%

50 גרם פרמזן מגורר (לא חובה)

4 ביצים

מעט שמן זית לטיגון

אופן ההכנה:

1. במחבת גדולה מחממים את שמן הזית ומטגנים את הבצל עד שהוא מזהיב.
2. מוסיפים את חתיכות הברוקולי, מערבבים היטב וממשיכים בטיגון לעוד 10 דקות.
3. בקערה בינונית נפרדת, טורפים את הביצים ומוסיפים את הגבינות. (חשוב לפרק את הגבינות בעזרת מזלג). מערבבים עד לקבלת תערובת אחידה.
4. משמנים קלות תבנית פיירקס ויוצקים את תערובת הגבינות. מעליה מוסיפים את הברוקולי ופרזרים כמויות לאורך הפיירקס.
5. אופים בטמפרטורה של 170° , עד שהפשטידה מקבלת צבע זהוב.