

הצעת הגשה.

רכיבים:

3 יח' סלק לא מבושלים, קלופים וחתוכים לקוביות

4 כפות שמן קנולה

2 שיני שום, קצוצות

2 בצלים, קצוצים דק

1 כפית קמח

2 כפיות זרעי כמון שלמות

1 יח' פילפל אדום חריף מיובש (מפורר)

2 עגבניות, קלופות וקצוצות

1½ כפיות מלח

½ כפית פלפל לבן

1½ כוסות מים

אופן ההכנה:

1. מחממים השמן בסיר ומוסיפים זרעי הכמון, מטגנים אותם תוך עירבוב.

2. מוסיפים השום והבצל ומזהיבים אותם.

3. מוסיפים הסלק, העגבניות, פילפל חריף ומערבבים היטב.

4. מוסיפים הקמח וממשיכים לערבב, לאחר נוסיף המים ומביאים לרתיחה.

5. מתבלים במלח, פלפל ומבשלים על אש נמוכה עד שהסלק יתרכך בסיר מכוסה.

6. ממשיכים בבישול עד שהרוטב יסמיך. טועמים ומתקנים במידת הצורך תיבול.