

# طريقة عمل السلطة بالخضار

Posted on 2017 ,6 ديسمبر



Category: **المطبخ اليمني**

( بواسطة :المحيط (نوال الوصابي

السلطة بالخضار طبق لذيذ من الأكلات اليمنية الشعبية ، يتكون من المرققة، الحلبة، البصل الأخضر، الكمون والبندورة، مع صوص أخضر مغذي من الفليفلة، الكراث، الكزبرة والثوم، جربي تحضير الفحسة اليمنية وقدميها في سفرة العائلة

## مقادير السلطة بالخضار

- بصلة واحدة .
- فليفله صغيره .
- بطاطس صغيرة .
- جزر 2 .
- طماطم 1 .
- كزبرة وثوم مفرومين .

- فلفل أخضر 1
- حلبة
- لرشة ملح
- رشة فلفل
- رشة كمون
- رشة بهارات مشكلة
- ملعقة صاصة
- ملعقة زيت

## طريقة تحضير السلطة

- مدة طبخها 15 دقيقة
- نقطع البصل قطع صغيره ونضعه في وعاء ونضيف له الزيت ونقلبه الى يصيح لونه ذهبي
- نقطع الخضروات بنفس الطريقة وتحرك وبعدين نضيف الطماطة المقطعة والفلفل والكبيرة والثوم والصلصة ونحركه
- ونتركهم حتى تكون البطاطس قرب استواءة
- يضاف المرق والبهارات والملح وتحرك جيدا وتترك المرق مع الخضروات لمدة دقيقتين
- تصب السلطة في وعاء رخامي ويضاف الية الحلبة وتقدم مع الخبز ساخنة