

تبولة الشهدر من كرمز

النشخص : 0

الوقت الكلي: 0 min

وقت التحضير: 0 min

وقت الطبخ: 0 min
المكونات:

- 150 جرام من الشهدر المطبوخ, مقطع إلى مكعبات
- 200 جرام من البقدونس الطازج, مقطع جيداً
- 150 جرام من الكينوا المطبوخة
- 80 جرام من البصل الأبيض, مقطع جيداً
- 50 جرام من جبن الهاعز, مفتتة

الصلصة:

- 80 مل من الخل البلسمي
- 80 مل من زيت الزيتون
- ¼ ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود
- ملح, حسب الرغبة
- 1 ملعقة صغيرة من السكر

الخطوات:

1. نبدأ بعمل الصلصة: نوزج كل المكونات معاً و نتأكد من التوابل. و نتركها جانباً حتى ننتهي من عمل السلطة.
2. في وعاء متوسط الحجم, نضيف كل المكونات, ما عدا جبن الهاعز, و نوزجهم معاً.
3. ثم نضيف الصلصة و نقلب جيداً. نتأكد مرة أخرى من التوابل. ثم نضيف المزيد من الملح إذا لزم.
4. ينقل إلى طبق التقديم, ويزين بجبن الهاعز المفتت. و نستمتع به!