



סלט טבולה עם כרובית/

*מתאים לשלב 1 ומעלה

מצרכים:

חבילת פטרוזיליה טרייה
 חבילת נענה טרייה
 1/2 חבילת כוסברה טרייה
 עגבנייה בינונית עד גדולה
 חבילת בצל ירוק קצוץ
 2 שיני שום
 מיץ מלימון 1
 3 כפות שמן זית
 כרובית בינונית
 כפית מלח ים אטלנטי
 1/2 כפית פלפל שחור
 1 כפית זעתר
 *אפשר להוסיף גרגירי חמוס ו2 עלי חסה חתוכה דק

אופן הכנה:

- לחתוך את הכרובית לפרחים ולערבב בפולסים במעבד מזון או בבלנדר עד שמתקבלת כרובית ב'פירורים'. לא לבשל!

לקצוץ במעבד מזון בנפרד כל אחד מהמצרכים הבאים ולהוסיף לכרובית בקערה בינונית-גדולה:

* פטרוזיליה טרייה
 * חבילת נענה טרייה
 * כוסברה טרייה
 * עגבנייה
 * בצל ירוק קצוץ
 * שיני השום

- לערבב את כל החומרים בקערה ולתבל!



בתיאבון! באהבה רבה, תהל עלמה