

هليون مشوي بجبن البارميزان ومع صلصة البيض

المقادير:

- 900 غ هليون، منطف
- 3 بيضة
- 6 ملعقة صغيرة زيت زيتون
- 2 ملعقة صغيرة خل ابيض
- جبنة بارميزان
- بققدونس، مفروم
- ملح
- فلفل اسود

طريقة التحضير:

1. يسلق البيض ثم يترك جانبا .
2. يسلق الهليون لحوالي 3 دقائق ويصفى ثم يغسل بالماء .
3. يقشر البيض ويفرم ثم يخلط مع 4 ملاعق زيت والبققدونس والخل ويتبل بالملح والفلفل.
4. تسخن الشواية ويدهن الهليون بالزيت ويشوى مع التقليب لمرّة واحدة.
5. يوضع الهليون في طبق للتقديم ويرش على الوجه الجبنة ويقدم الى جانب صلصة البيض.