عجة بالخضار في الفرن

المقادير:

- 3 بيض
- 2 حبتان جزر
- 3 حبات كوسة
- ملعقة طعام كاري
- 40 غ جبنة مبشورة
- كراث أخضر مفروم ناعماً
- ملعقتان صغيرتان زيت زيتون
- 1 ملعقة طحين
- 2 ملعقتان ملعقة بقدونس

طريقة التحضير:

- في قدر على النار، سخني زيت الزيتون وأضيفي الكراث والكوسة والجزر بعد بشرهما ناعما مع التحريك، لمدة 4-5 دقائق حتى تلين الخضروات.
- في وعاء، أخلطي بين الخضروات والبيض والجبن والبقدونس والطحين والكاري وحركي جيدا حتى تمتزج تماما.
- ضعي المزيج في صينية فرن مدهونة ومجهزة بطبقتين من ورق الزبدة، واخبزي بالفرن على درجة 180 مئوية، حتى تندمج المكونات وتصبح ساخنة.
- نخرج الصينية من الفرن وتوضع جانباً لتبرد 10 دقائق، ثم نرفع ورق الزبدة من الجانبين لنخرج الطبق من الصينية ونضعه في صحن التقديم.

الف صحة!