

قرنبيط بالثوم

المقادير:

- 1 ▪ قرنبيط مقطع زهرات
- 2 ▪ ملعقتان كبيرتان ثوم مفروم
- 1 ▪ ملعقة كبيرة بقدونس مفروم
- 2 ▪ ملعقتان كبيرتان زيت زيتون
- 1 ▪ ملعقة صغيرة ملح
- 1 ▪ ملعقة صغيرة بهارات

طريقة التحضير:

- في وعاء، نخلط الثوم، القرنبيط والزيت.
- نحضري صينية مدهونة بقليل من الزيت ونضع فيها خليط القرنبيط المتبل بالثوم.
- ندخل الصينية الى الفرن لمدة 25 دقيقة حتى يحمر.
- نرش الملح، البهارات والبقدونس عليه ثم نقدمه ساخناً.

الف صحة!