

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
- بقدونس، مفروم
- ملح
- فلفل اسود

طريقة التحضير:

1. يسلق البيض ثم يترك جانباً .
2. يسلق الهليون لحوالي 3 دقائق ويصفى ثم يغسل بالماء .
3. يقشر البيض ويفرم ثم يخلط مع 4 ملاعق زيت والبقدونس 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.