

صينية الكفتة والبطاطس



المقادير:

- نصف كيلو من الكفتة المفرومة (لحمة مفرومة مضاف إليها بقدونس مفروم ناعما و بصل و ملح و القليل من البهار)
- 3 حبات من البطاطس المقطعة إلى شائح و المقلية قليلا بالزيت النباتي
- فلفل حلو أخضر
- بعض حبات من الطماطم الناضجة
- 3 ملاعق طعام من صلصة الطماطم

طريقة التحضير:

في صينية مدهونة بالقليل من الزيت النباتي ضعي الكفتة ووزعيها حتى تصبح طبقة واحدة متمسكة وزعى فوقها شرائح البطاطس المقلية ثم شرائح الطماطم ثم قطع الفلفل الحلو أضيفي فوقهم صلصة الطماطم المذوبة بالماء و المضاف إليها الملح و القرفة المطحونة

أتركي الصينية على نار قوية حتى تغلي الصلمة ثم خففي النار و غطيها حتى تتكتف الصلصة قدمي إلى

جانبها الأرز حتى تصبح وجبة متكاملة و بالصحة و الهدوء .