

INSAJRU BIL-GHAQAL MA' FONZU L-FENEK



1

KEBAB TA' FONZU

X'għandek bżonn

Werqa ħassa
Nofs tuffieħa safra
Nofs ġbejna bajda
2 tadamiet żgħar (*cherry jew grape*)
2 għenbiet ħodor
2 frawliet jew 2 flieli mandolin
2 għenbiet suwed

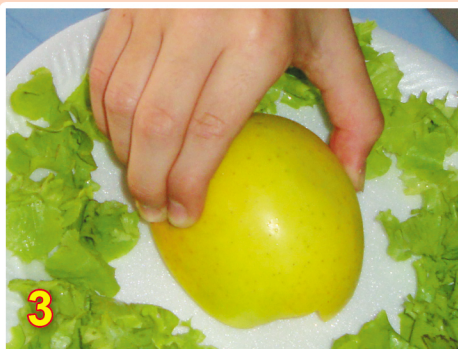
Injama
Sikkina
Platt
2 stiekek tal-kebabs



2

X'għandek tagħmel

1. Aħsel sew il-ħaxix u l-frott.
2. Qatta' l-ħass fi strippi u ferrxu fuq platt.
3. Poġġi t-tuffieħa n-naħa ċ-ċatta fuq il-ħass fin-nofs tal-platt.
4. Aqta' l-ġbejna f'erba' biċċiet.
5. Fuq kull stikka daħħal tadama, biċċa ġbejna, għenba ħadra, biċċa ġbejna, frawla jew fellu mandolina u għenba sewda.
6. Waħħal il-kebabs fit-tuffieħa.



3



Ftakar...

- Kemm jista' jkun uża ħaxix u frott lokali u fl-istaġun.
- Kul ħaxix u frott ta' kuluri differenti biex tkun b'saħħtek.
- Flu ħsieb: Il-ponta tal-istikka tal-kebab triggeż!



4



5



6