

סלט ערשנים ומנטה או נענע

חומרים ל-4 מנות:
200 גרם ערשנים ירוקות



3 כוסות מים (750 מ"ל)

בצל אדום חצוי

חופן עלי מנטה או נענע

לרוטב:

8-6 כפות שמן זית

2-3 כפות חומץ בן יין

שן שום מעוכה

מלח ופלפל

אופן ההכנה:

שמים את הערשנים בסיר, יוצקים מים ומוסיפים $\frac{1}{2}$ בצל אדום. מוסיפים כמחצית מכמות עלי המנטה או הנענע. מביאים לרתיחה, מנמיכים את האש ומבשלים לאט עד שהערשנים מבשלות (כ-45 דקות). כשהערשנים מבושלות אך לא רכות מדי, מסננים אותן, מוציאים את הבצל ועלי הנענע וזורקים. מכינים את הרוטב, ויוצקים על הערשנים בעודן חמות. קוצצים את $\frac{1}{2}$ הבצל ועלי המנטה הנותרים, ומוסיפים לערשנים. מצננים שעה שעתיים לפני ההגשה. אפשר להגיש עם יוגורט בכלי נפרד.