

[مرافقة/سلطة البطاطا بالكاري و الخردل](#)

Nombre de personne
Durée de préparation
Difficulté 1

4
20 Minutes
Note

0/5 (0 vote)



المكونات

250 غ تونة طبيعية

600 غ بطاطا

1 ربطة كرافس

1 الفلفل الأخضر

4 بثلات طازجة

1 ملعقة كبيرة خل

2 ملعقتين صغار من خردل فلوريال

زيت فلوريال 6 ملاعق كبار

5,0 ملعقة صغيرة كاري

ملح

فلفل أسود

إعداد

طهي البطاطا لمدة حوالي 30 دقيقة في الماء المملح و ابداي الطهي بماء بارد

قطعي الكرفاس رفاق مع الفلفل الأخضر و البصل.

قطري و اسحقي التونة

ملحي و ضيفي الفلفل زيت فلوريال. في صحن، خلطي الخل و خردل فلوريال و الكاري و الأسود

قطري البطاطا.

قشري و قطعي البطاطا. صفيها في صحن مع الخضروات والتونة. حركي . و قدميها دافئة.