



רכיבים:

¼ ק"ג כרוב

¼ ק"ג גזר

2 פלפלים ירוקים חריפים

1 פלפל קטן צ'ילי אדום, מיובש

3 כפות שמן

½ כפית זרעי חרדל שלמים

½ כפית מלח

1 כפית סוכר

3 כפיות כוסברה קצוצה

אופן ההכנה:

1. חותכים את הכרוב לרצועות דקות וארוכות. קולפים את הגזרים, ומגרדים על פומפיה.

2. חותכים את הפלפלים הירוקים לרצועות דקות וארוכות. (לחוששים מחרירות יתר, ניתן להשתמש בפלפל ירוק חריף אחד). 3. מחממים את השמן על להבה בינונית בסיר רחב. כשהשמן חם, מכניסים פנימה את זרעי החרדל ומערבבים קלות.

4. כשזרעי החרדל מתחילים להשמיע קולות פצפוף, מוסיפים את פלפל הצ'ילי המיובש, ומערבבים רק פעם אחת. (פלפל הצ'ילי אמור לשנות את צבעו לאדום כהה מאד ממש תוך שניות).

5. לאחר שפלפל הצ'ילי נהפך לאדום, מוסיפים את רצועות הכרוב, את הגזר, ואת רצועות הפלפל החריף הירוק, מנמיכים את הלהבה ומבשלים את הירקות במשך דקה אחת.

6. מוסיפים מלח, סוכר, ואת הכוסברה הקצוצה.

7. מערבבים היטב ומבשלים המשך 5 דקות.

8. יוצקים מעליהם את מיץ הלימון ומערבבים. שולפים החוצה את פלפל הצ'ילי החריף וזורקים.

הצעת הגשה:

את הסמבהאר מנחים על מצע של [אורז בסמתי מטובל](#).

