פסטה ברוטב עגבניות, כרובית ואפונה.

רכיבים:

1 כוס גרגירי אפונה קפואים
½ חבילה (250 גרם) פסטה
1 כף שמן
1 שן שום כתושה
2-3 כפיות אורגנו קצוץ דק
1 כפית סוכר
2 קופסאות (200 גרם) רסק עגבניות
1 כרובית קטנה או ½ כרובית בינונית
מלח, פלפל שחור

אופן ההכנה:

1. שוטפים את הכרובית ומפרקים לפרחים. משרים במים וחומץ למשך כמה דקות. מסננים. מבשלים במים

עד שהכרובית מתרככת. מסננים ומפרקים לפרחים קטנים.

2. מבשלים את הפסטה לפי הוראות היצרן. במהלך הבישול, כשמוסיפים את הפסטה לסיר, מוסיפים גם את האפונה הקפואה ומבשלים ביחד. כשהפסטה מוכנה, שומרים בצד כוס ממי הבישול ומסננים את השאר.
3. מחממים את השמן בסיר ומטגנים את השום ואת האורגנו, עד להזהבה. מוסיפים את פרחי הכרובית ומטגנים תוך כדי ערבוב כדקה. מוסיפים את רסק העגבניות, הסוכר ואת כוס מי הבישול. מתבלים במלח ופלפל ומערבבים. מביאים לרתיחה. מנמיכים את האש ומבשלים עוד 5 דקות.

4. מוסיפים את הפסטה והאפונה לסיר הרוטב ומערבבים היטב.