רכיבים:

1 ק"ג מאש, קלופים

מלח, פלפל שחור

אופן ההכנה:

- לחמם 3 כפות שמן במחבת טפלון או בווק.
- להוסיף את המאש, להקפיץ תוך ערבוב מתמיד על להבה בינונית במשך 4 דקות או עד שהירק מוכן במידה הרצויה.
- לתבל ולהגיש.