

רכיבים:

1 חבילת שעועית ירוקה קפואה (לא חשוב אם השעועית שלמה או חתוכה, עדינה או רגילה)

1 בצל בינוני, קצוץ דק

6 עגבניות, מרוסקות על פומפיה

1 כפית אבקת מרק עוף

1 כפית אבקת מרק בצל

1 קופסת רסק עגבניות

מלח, פלפל שחור

2 כפות שמן קנולה

אופן ההכנה:

1. בסיר הבישול מחממים את השמן ומוסיפים את הבצל.
2. כשהבצל נהייה שקוף, מוסיפים את השעועית ומערבבים היטב. מנמיכים הלהבה, מכסים את הסיר ומשהים כשתי שדות. (אל פחד, השעועית הקפואה מפשירה ומתבשלת).
3. מתבלים ומערבבים היטב.
4. מערבבים בקערה קטנה את רסק העגבניות עם מים ושופכים לסיר.
5. מוסיפים את רסק העגבניות הטריות ומערבבים היטב.
6. מכסים חצי סיר ומבשלים כחצי שעה. (חשוב לערבב את השעועית מידי 10 דקות).