

# Spalla tal-ħaruf mimlija

## Ghandek bżonn: (4 persuni)

Spalla tal-ħaruf bla għadam (1.5kgs)

100g spinaci mfawwra

100g ġbejniet bojod

100g ġewz

200g bejken Streaky



## Metodu:

B'sikkina rqiqa, neħhi xi xaħam żejjed minn mal-ħaruf

Iftaħ l-ispalla u imla bl-ispinaci, ġbejniet u ġewz

Dawwar sew, kebbeb bil-bejken u gezwer fil-foil

Aħmi fil-forn, temperatura 200C, għal madwar saghtejn

## Kontorni:

Patata l-forn u nsalata bit-tadam, żebbug iswed u nagħniegh