ירקות מאודים וחזה

לטגן בצל

להוסיף חזה

תפוא

גזר

קישואים

גמבה

לחתוך פסים לא מדי דק

להשים על אדים אש בינונית בערך חצי שעה

קערה

2 כפות רסק

אבקת מרק

פפריקה

מלח

פלפל

כורכום

חוויג

כוס מים