

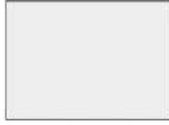
ENPANADATXOAK



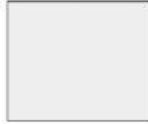
OSAGAIAK

Bilatu azpian osagai bakoitza eta bere tokian jarri.

- ENPANADILARAKO MAZA



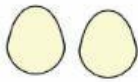
- TOMATE TRITURATU LATA BAT



- 2 ATUN LATA



- 2 ARRAUTZA



PRESTAKETA

Lotu irudi bakoitza bere azalpenarekin

1



2



3



4



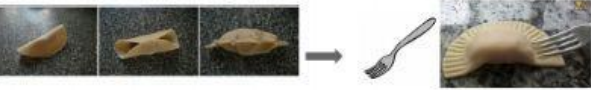
5



6



7



8



ARRAUTZA BAT IRABIATU ETA BETEGARRIAREN INGURUKO ORE ZATIA MARGOTU.

BOL BATEAN NAHASTU ARRAUTZA, TOMATEA ETA ATUNA.

LABEA 200°TARA PIZTU.

GUZTIA ARRAUTZEZ MARGOTU ETA LABEAN SARTU 15 MINUTUZ.

ESKUAK GARBITU.

ERDITIK TOLESTU ETA SARDESKAREKIN ZAPALDUZ LOTU.

JARRI ARRAUTZA BAT EGOSTEN 7 MINUTUZ

ORE XAFLA BAT HARTU ETA NAHASKETA GOILARAKADA BAT ERDIAN JARRI.