# קוביות עשבי תיבול

**שולפים קובייה מהמקפיא ומוסיפים קורטוב של טריות לכל מנה**

### רכיבים

- 360 מ"ל ( גרם (1½ כוס) שמן זית
- 120 גרם (2 צרורות) פטרוזיליה רגילה או מסולסלת, עלים בלבד, שטופים
- 70 גרם (1 צרור) עלי כוסברה טריים ושטופים
- 40 גרם (1 צרור) עלי נענע טריים ושטופים
- 1 שן שום, קלופה
- 1½ כפיות מלח, לא חובה

### הוראות הכנה

1. מכניסים את כל הרכיבים למיכל הוויטמיקס בסדר הרשום וסוגרים את המכסה. מפעילים על המהירות הנמוכה ביותר ומעלים במהירות למהירות הגבוהה ביותר. מערבלים למשך 30 שניות, תוך שימוש במוט הדחיפה כדי לכוון את המרכיבים לעבר הלהבים.
2. לשמירה לשימוש מאוחר יותר, לשפוך את המחית לתוך מגש קוביות קרח גדול ולהקפיא למשך הלילה.

### המלצת השף

לאורח חיים בריא יותר הגבילו את כמות השומן בדיאטה שלכם. ניתן לערבב בין עשבי תיבול שונים, או להחליף עם עלים ירוקים טריים אם אתם לא מוצאים עשבי תיבול. דרך מצוינת להוסיף טריות בסוף הכנת רוטב עגבניות או להכנת רוטב מיוחד עבור ירקות קלויים.