

# Μαγειρεμένα Φαγητά

Κουκιά - σέφκουλα - αγκινάρες  
τσιμούλια με σουπιές



**Υλικά:**



Κουκιά



Σέφκουλα



Αγκινάρες



Τσιμούλια (λαχανίδες)



Σουπιές



Κρεμμύδι



Ελαιόλαδο