

K Zdravé zeleninové jídlo

Kategorie: Nezařazeno

Hodnocení: nezadáno

Počet porcí:

Náročnost:

Autor: zhubneme-Ema

Suroviny

1-2 cukety (musí být malé bez semínek)

3-4 rajčata

1 paprika

3-4 brambory

trochu čerstvých hub

česnek

sůl

pepř

trochu bílého vína

provensálské byliny

Postup

Brambory nakrájím na kousky (jsou-li nové, vůbec je neloupu), opeču na lžičce olivového oleje, přidám na nudličky nakrájenou papriku, houby (nemám-li, vynechám je) a česnek, trochu orestuju. Pak přidám rajčata, provensálské byliny, osolím, opepřím, zastříknu trochou bílého vína a dusím, až jsou brambory měkké. Cuketu přidávám až nakonec, aby nebyla měkká. Nechám jí vlastně jen trochu spařit.

Poznámka

DS