

Špaldová směs s cizrnou a sušenými švestkami

Kategorie: Zeleninové saláty

Hodnocení: nezhadáno

Počet porcí:

Náročnost:

Autor:

Suroviny

200 g uvařených špaldových zrn (nebo krup)

100 g uvařené cizrny

menší celer

středně velkou mrkev

2 cibule

1 lžička rozinek

6 sušených švestek

3 hřebíčky

6 lžic bílého vína

1 lžice mandlí (nebo vlašských ořechu)

olej

sůl

vegeta

petrželka

zeleninový vývar

Postup

Cizrnu i špaldu necháme přes noc namočené ve vodě a pak je odděleně uvaříme na měkko. Sušené švestky a rozinky zalijeme vínem. Na oleji zpěníme cibuli, přidáme nastrohaný (nebo tence nakrájený) celer, mrkev a posekané mandle. Všechno chvíli orestujeme, přidáme uvařenou cizrnu a špaldu, ochutíme vegetou a solí. Přidáme rozinky a švestky pokrájené na nudličky, podlijeme vývarem nebo vodou a dusíme cca 10 - 15 minut. Nakonec přidáme zelenou petrželku a podle chuti přidáme vegetu, nebo sůl. Podáváme jako přílohu k zeleninovým a masovým pokrmům, nebo hlavní jídlo se zeleninovou oblohou.