

Leczo



Autor: Rapa

Przepisów: 36 Ocena: 504



3-4 os.



60 min



łatwe



przystępne



Składniki:

- 2 małe cukinie - ok. 400gr
- Batat - 300gr
- Chorizo - 200gr
- Cebula czerwona - 2 sztuki
- Czosnek - 3 ząbki czosnku
- Papryka (czerwona, żółta, pomarańczowa) - po pół każdej
- Puszka pomidorów (pokrojonych)
- Koncentrat pomidorowy - 2 łyżeczki
- Bulion - 1,5 szklanki
- Przyprawy: pieprz, sól, oregano, papryczka chili sypana
- Oliwa z oliwek

Sposób przygotowania:

- 1 Kroimy nasze produkty w kostkę lub drobną kostkę (chorizo, cukinia, batat, papryka czosnek) a cebulę w pół plasterki.

Do przygotowanego garnka wlewamy oliwy z oliwek. Potem dodajemy czosnek i cebulę (mieszamy). Czekamy około 3 min żeby nam się wszystko zeszkliło.

Po tym czasie wrzucamy batata i wszystko mieszamy (odczekujemy kolejne 3 min)

Następnym etapem jest dodanie cukinii, wlewamy 1,5 szklanki bulionu i doprawiamy dodając soli, pieprzu, papryczki chili i oregano. Teraz odczekujemy około 20min żeby nam się to wszystko zmiękczyło.

Następnie dodajemy paprykę (odczekujemy kolejne 5 min, w między czasie oczywiście trzeba przemieszać)).

Ostatecznie dodajemy pomidory z puszki, 2 łyżeczki koncentratu pomidorowego i finalnie doprawiamy (to już zależy co i czy w ogóle od gotującego). Chwilę trzeba jeszcze całość pogotować i można zasiadać do stołu.

Zapraszam na mój film, link poniżej!!!

Życzę smacznego!!!:-) Pozdrawiam serdecznie:-)

Twoje notatki do przepisu: