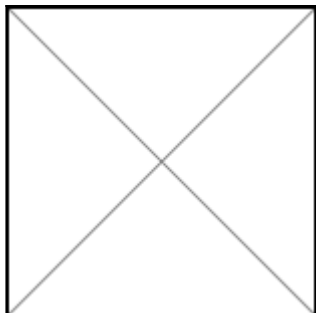




Tekst i zdjęcie: **NiereformowalnyKot** - Kuchcik (45)

Leczo Warzywne

Najlepiej podawać z kasza gryczaną.

Czas przygotowania: ponad godzinę

Stopień trudności: Łatwe

Pora dnia: Obiad

Sposób przygotowania: duszone

☒ idealne dla dzieci

☒ dieta

Składniki:

- marchew, 5 szt.
- fasola czerwona w puszcze, 1 szt.
- ogórek konserwowy, 4 szt.
- papryka konserwowa, 5 szt.
- papryka zielona, 0.5 szt.
- papryka żółta, 0.5 szt.
- papryka czerwona, 0.5 szt.
- pomidory w puszcze, 1 szt.
- cebula, 2 szt.
- czerwona cebula, 2 szt.
- pieczarka, 0.5 kg
- papryka ostra, 0 szczypta
- papryka słodka, 0 szczypta
- mielony pieprz, 0 szczypta
- sól, 0 szczypta
- ziele angielskie ziarnka, 0 szczypta
- liście laurowe, 0 szczypta
- oregano, 2 szczypta
- ciepła woda , 1 l
- olej roślinny, 2 łyżk.

Sposób przygotowania:

Do dużego rondla wlewamy olej i podsmażamy na nim cebulę pokrojoną w plasterki. Następnie dorzucamy pieczarki i smażymy do momentu zrumienienia się.

W następnej kolejności zalewamy wodą, wrzucamy liść laurowy i ziele angielskie, oraz marchew, dusimy ok 15 minut. Dorzucamy ziemniaki i ogórek wraz z papryką. Po kolejnych 15 minutach dorzucamy resztę produktów oraz przyprawy. Dusimy kolejne 15 minut i podajemy z kasza gryczaną. Trzeba pamiętać by wszystkie warzywa były pokrojone mniej więcej równo w kostkę lub plasterki równej wielkości. Świetne danie dla Wegan!!!

