
CUKINIA Z WODY

Dodano: 2010-01-01 17:16:04

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1113 razy.

40 dag młodych cukinii

1/2 łyżki oleju

sok cytrynowy lub ocet owocowy,

4 łyżki umytej, posiekanej naci pietruszki lub liści innych roślin przyprawowych,

sól

pieprz lub curry

Młode cukinie umyć , skrajać resztki dna kwiatowego i nasadę szypułki. Włożyć do wrzącej, osolonej wody, ugotować , uważając, żeby się nie przegotowały. Cienkie cukinie wystarczy gotować przez 10 min. Ostudzić , odcedzić , ułożyć na półmisku. Każdą cukinię pokrajać w poprzek w plasterki, oprószyć pieprzem lub curry, posypać zieleniną, skropić sokiem cytrynowym lub octem owocowym. Podawać po oziębieniu w lodówce jako dodatek do potraw.

Uwaga: Ugotowaną cukinię można podawać z dodatkiem różnorodnych zimnych sosów lub zapraw do sałat.

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD