
PAPRYKA DUSZONA

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

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1087 razy.

30 dag papryki

10 dag cebuli

15 dag pomidorów

1/2 łyżki oleju

2 łyżki umytych, posiekanych liści roślin przyprawowych (rozmaryn, bazylia, estragon, pietruszka)

sól

imbir

ostra sproszkowana papryka

cynamon

1 ząbek czosnku

Paprykę i pomidory umyć . Cebulę obrać , opłukać , pokrajać w piórka, osolić , włożyć na patelnię i ogrzewać , mieszając do czasu, aż zmięknie i zacznie żółknąć , wówczas dodać olej. Paprykę oczyścić z nasion, opłukać , pokrajać w makaronik, dodać do cebuli, lekko skropić wrzącą wodą i dusić pod przykryciem. Pomidory sparzyć wrzącą wodą, obrać ze skórki, pokrajać , dodać do mięknięcej papryki, wsypując jednocześnie szczyptę cynamonu i imbiru. Oprószyć ostrą papryką i udusić do miękkości. Czosnek obrać , opłukać , posiekać i razem z liść mi roślin przyprawowych dodać do uduszonej potrawy. Przyprawić do smaku solą i ewentualnie dodać nieco przypraw smakowych. Podawać na gorąco lub na zimno jako do: tek do potraw.

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD