
Kabaczek duszony

Dodano: 2000-01-01 00:00:00

Język: Polski

Odwiedzono: 3370 razy.

60 dag kabaczka,

5 dag cebuli,

3 ząbki czosnku,

chilli,

sól,

4 łyżki posiekanej zieleniny z bazylii,

pół łyżki oleju

Kabaczek umyć , obrać , przekroić na pół, oczyścić z luźnego miąższu z pestkami i pokroić w kostkę. Cebulę obrać opłukać , pokroić w drobną kostkę, posolić , ogrzewać na suchej patelni mieszając. Gdy zmięknie, dodać olej i włożyć pokrojony kabaczek. Skropić wrzącą wodą i dusić pod przykryciem. Czosnek obrać , opłukać , drobno posiekać , dodać do duszącego się kabaczka, oprószyć chilli i udusić do miękkości. Wyłożyć na talerz, posypać zieleniną. Podawać do mięsa i ryb.

From Z.Wodecki <wodecki@kki.net.pl>