
Cukinia z ziemniakami z mikrofalówki

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

Język: Polski

Odwiedzono: 2690 razy.

Ja zajadam cukinie robiona na szybko w mikrofalce:

Najpierw obieram 4-5 ziemniaków i kroję w średniej wielkości kostkę. Wrzucam do szklanego garnuszka i na 5 minut do mikrofalali. W czasie kiedy ziemniaki się gotują kroję kilka mniej więcej 0,5 cm plasterków cukinii. Po wyjęciu garnuszka z ziemniakami wrzucam cukinie, rozkładając ją równą warstwą. Posypuję przyprawami (co kto lubi, u mnie najczęściej jest to oregano lub zioła prowansalskie, pieprz biały lub czarny, czasem chilli). I na kolejne 3-5 minut do mikrofalówki.

Założeni jest takie, że ziemniaki są miękkie a cukinia prawie się rozpada. Poeksperymentujcie z czasem mikrofalowania.

smacznego

From: "Piotr Parafiniuk" <koliber@cheerful.com>