
Cukinia duszona z ziołami

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

Język: Polski

Odwiedzono: 2962 razy.

Porcja dla 4 osob. Czas przygotow. 40 min.

1 kg młodej cukini,

2 łyżki masła,

1 łyżeczka maki,

po 1 łyżce pokrojonych świeżych ziół: zielonej pietruszki,

szczypiorku, koperku i bazylii,

1/2 łyżeczki cukru,

sol, pieprz.

1. Cukinie umyc, odciąć konce, pokroić w plasterki.

2. W garnku rozgrzać masło, włożyć cukinie, dodać sol, pieprz, cukier i zioła.

Podlać kilkoma łyżkami wody, oroszyć makiem. Dusić pod przykryciem, aż cukinia będzie miękka (ok. 5 min).

3. Podawać na gorąco lub na zimno z grzankami usmażonymi na masle.

- Cukinie można uduśić na oliwie z 2 ząbkami czosnku. Tak samo jak cukinie można przyrządzić dynie i kabaczki. Dynie, kabaczki i starsze cukinie obierać ze skóry.

Źródło: Encyklopedia sztuki kulinarnej, tom 32 "Warzywa", strona 44.

From: apaczus@hot.pl (Radku's De Apaczu's)