
Jarzyny julienne duszone z masłem

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

Język: Polski

Odwiedzono: 2095 razy.

Porcja dla 4 osob. Czas przygotow. 45 min.

200 g marchewki,

200 g cukini,

200 g kalarepki,

1 cebula,

80 g masła,

1 łyżka pokrojonej zielonej pietruszki,

cukier, sol, pieprz.

1. Jarzyny obrac, umyc, pokroic na kawalki dlugosci 5-6 cm, a nastepnie na zapalke, czyli w julienne.

2. Cebule obrac, posiekac, podsmażyc na masle. Na warstwie cebuli polozyc warstwe kalarepki, a na niej warstwe marchewki. Doprawic cukrem, sola, pieprzem.

Dusic pod przykryciem 20 min. Jezeli sos wyparuje, dodac nieco wody. Na marchewke wrzucic warstwe cukini, posypac zielona pietruszka, dusic jeszcze 5

min.

- Do duszonych jarzyn mozna dodac pietruszke pokrojona w julienne i dusic razem z marchewka. Mozna dodac rowniez obgotowane rozyczki kalafiora oraz

ugotowany zielony groszek, fasolke lub szparagi, a warstwe jarzyn mozna posypac parmezanem.

Źródło: Encyklopedia sztuki kulinarnej, tom 32 "Warzywa", strona 14.

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