
Tbikha

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

Język: Polski

Odwiedzono: 1714 razy.

Porcja dla ? Czas przygotow. 1 godz. 10 min.

300 g swiezego bobu,

3 baklazany,

4 cukinie,

4 kartofle,

4 pomidory,

2 cebule,

1 peczek siekanej zielonej pietruszki,

4 zabki czosnku,

4 lyzki oliwy,

szczypta harissy (przepis w "ogolne"),

sol, pieprz.

1. Bob oplukac pod biezaca woda i osaczyc. Baklazany i kartofle umyc, obrac i

pokroic wzdłuż na plastry. Cukinie umyc i pokroic w kostke. Cebule obrac i

pokroic w plastry. Obrac czosnek. Pomidory sparzyc wrzatkciem, obrac ze skorek, wypestkowac i pokroic w czastki.

2. W glebokim rondlu podsmażyc na oliwie cebule, czosnek, kartofle, cukinie i

baklazany.

3. Dodac bob, doprawic harissa, osolic, dodac pieprz, zalac 2 szklankami wody i

gotowac na malym ogniu 30 min. Dodac pomidory i drobno posiekana pietruszke.

4. Zagotowac ponownie i podawac gorace.

Źródło: Encyklopedia sztuki kulinarnej, tom 10 "Kuchnia marokańska", strona 36.

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