
Burghul z cukinią i rodzynkami

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

Język: Polski

Odwiedzono: 2259 razy.

Porcja dla 4 osob. Czas przygotow. 45 min.

200 g burghulu,

4 sredniej wielkosci cukinie,

2 czerwone papryki,

230 ml rosolu lub 230 ml wody + 1 kostka rosolowa,

4 pomidory,

3 lyzki rodzynkow,

1 lyzka miety,

3 lyzeczki masla,

sol, pieprz.

1. Ugotowac rosol lub rozpuscic kostke rosolowa w goracej wodzie.

2. Cukinie pokroic na kawalki, czerwone papryki pokroic w kostke, nastepnie

zalic goracym rosolem. Postawic na srednim ogniu i gotowac 2 min. Potem odstawic jarzyny wraz z wywarem, w ktorym sie gotowaly.

3. Dwie lyzki masla rozgrzac w duzym garnku, dodac burghul, wymieszac i smazyc

2 min.

4. Pomidory sparzyc, obrac ze skorki, nastepnie posiekac.

5. Burghul wymieszac z cukinia, papryka, pomidorami, wywarem, rodzynkami i mieta. Przyprawic sola i pieprzem, sprobowac i jesli potrzeba dosolic.

6. Burghul zakryc przykrywka i gotowac na bardzo malym ogniu 15 min. Zgasic

ogien i pozostawic garnek zakryty jeszcze 10 min. Sprawdzic czy burghul jest

gotowy i jesli potrzeba zakryc jeszcze na pare minut. Dodac lyzke masla,

wymieszac i podawac.

Źródło: Encyklopedia sztuki kulinarnej, tom 15 "Kuchnia arabska", strona 82.

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