

## Dynia z curry i ryżem



### GRAŻYNA13



CZAS  
PRZYGOTOWANIA  
30 MIN



ILOŚĆ  
PORCJI  
3 - 4

### SKŁADNIKI

<b>dynia</b>	1/2 kg
<b>curry</b>	do smaku
<b>Pieprz ziołowy mielony Prymat</b>	do smaku
<b>gałka muskatołowa</b>	do smaku
<b>olej do smażenia</b>	
<b>ryż</b>	3 (ugotowany)

### SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Obraną dynię kroimy w kostkę. Podsmażamy na oleju, dodając od razu curry i pieprz ziołowy, żeby wydobyć smak. Podlewamy niewielką ilością wody i dusimy do miękkości. Odparowujemy, doprawiamy solą i gałką muskatołową. Dyniowe curry podajemy na ugotowanym ryżu.