

Kapusta włoska LIGHT



PAJECZNIK



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
5+

SKŁADNIKI

kapusta włoska	0,5 główki
pieczarki	25 dag
groszek	25 dag
koperek	
pomidory krojone z puszki	1 puszka
liść laurowy	2 sztuki
ziele angielskie	3 sztuki
sól	
pieprz	

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

1. Poszatkowaną kapustę włoską wrzucić do garnka, podlać wodą, dodać liście laurowe i ziele angielskie, a następnie dusić do miękkości.
2. Do kapusty dodać pieczarki, groszek, pomidory oraz przyprawy, gotować chwilę.
3. Na końcu posypać koperkiem.

SMACZNEGO!