

TORTILLE Z CUKINIĄ I SOSEM CZOSNKOWYM



SMACZNA_B



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

tortilla	6 szt
cukinia	2 szt
cebula	1
papryka żółta	1-2 szt
sól do smaku	
Pieprz ziołowy mielony Prymat	
sos	
majonez	1 łyżka
jogurt grecki	1/2 szkl
ząbki czosnku	2
sól do smaku	
sok z cytryny	

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

- KROK 1 Myjemy młode cukinie , szatkujemy w cienkie paseczki .
- KROK 2 Myjemy paprykę , kroimy w kostkę .
- KROK 3 Cukinię podsmażamy razem z papryką , dodajemy kilka kropel soku z cytryny .
- KROK 4 wszystko doprawiamy do smaku , mieszamy .
- KROK 5 Tortille smarujemy wodą , odgrzewamy na patelni z kazdej strony .

KROK 6 Przygotowujemy sos:mieszamy majonez , jogurt , posiekany drobniutko czosnek , sok z cytryny i szczypte soli .Mozemy też dodać troszeczkę ziół prowansalskich .

KROK 7 Na tortille wykładamy farsz , polewamy sosem , składamy na pół.