

Kuskus z warzywami i krewetkami



SARENKA



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

krewetki w zalewie	200 g
cebula	2
pomidor	2
czosnek	2 ząbki
sol, pieprz, papryka, curry, Przyprawa uniwersalna kucharek.	do smaku
olej do smażenia	3 łyżki
kasza	150 g
papryka	1

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kuskus zalac wrzatkiem, ok pol centymetra ponad powierzchnie kaszy, doprawic vegeta do smaku, przykryc, i zostawic na okolo 10 min, aby kasza napeczniala. Cebule pokroic w kostke lub piorka, papryke w kosteczke, cukinie w dosc cienkie polpaski, czosnek w kosteczke, seler w cienkie paski, pomidory sparzyc, obrac ze skorki i pokroic w kostke. Krewetki - jezeli sa w zalewie, nie robimy nic, jezeli zamrozone, rozmrazamy i sparzamy lub podsmażamy na masle. Rozgrzewamy olej, po czym wrzucamy cebule, ktora lekko posypujemy sola i cukrem, dodajemy papryke, seler, cukinie, keiszamy i posypujemy sola, pieprzem, papryka i odrobina curry i vegety, mieszamy. Podsmażamy na srednim ogniu i po ok 10 min dodajemy pomidory i czosnek, probujemy i w razie potrzeby doprawiamy wg uznania. Smazymy, az pomidory i czosnek zmiekna i calosc bedzie ugotowana, lecz nie rozgotowana, mozna na koniec dodac drobno pokrojona natke pietruszki. Warzywa wymieszac z kasza, mozna calosc podsmażyc dodajac odrobine oleju. Na wierzch ukladamy krewetki i posypujemy delikatnie koperkiem.