

CIECIERZYCA



MAŁGORZATA108



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

ciecierzyca	2 OP.
KUKURYDZ	1 OP.
pomidor	3 SZT
parówki	5 SZT
oliwa	3 ŁYŻKI
cebula	1 SZT
papryka zielona	1/2 SZT
papryka żółta	1/2 SZT
papryka czerwona	1/2 SZT

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Na oleju podsmażyć porojoną w kostkę cebulę oraz papykę. Następnie dodać ciecierzycę, kukuryszę oraz pokrojone pomidory. Podduszać przez ok.10minut. W końcowej fazie duszenia dołożyć pokrojone w plaserki parówki. Dodać przypraw do smaku.