

Cukinia duszona z warzywami



BANDITKA



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

cukinia	1-2 szt
cebula	1 szt
pieczarki	20 dkg
pomidory	4 szt
marchewka	5 szt
sól, pieprz	do smaku
Liść laurowy suszony Prymat	2 szt
papryka zielona	2 szt
papryka żółta	2 szt
papryka czerwona	2 szt

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Cebulę pokroić w kostkę, podsmażyć na patelni typu wok, potem posiekać pieczarki i wrzucić do cebuli. Cukinię obrać ze skórki, wydrążyć nasienie ze środka, pokroić w kostkę, marchewkę obrać posiekać w cienkie plasterki (najlepsza młoda marchewka), paprykę pokroić w wąskie 2 centymetrowe paski. Wszystko oprócz cukinii dorzucić na patelnię, wymieszać, można podlać 2-3 łyżkami wody, przykryć i dusić do miękkości, na końcu dodać cukinię. Chwile poddusić, podawać jako lekki obiad lub przystawkę do obiadu.