

Paprykarz z kaszy jaglanej



WYATTEARP



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

kasza jaglana	100 gram
papryka czerwona	1 sztuka
cebula biała	2 sztuki
ketchup pikantny	100 ml.
koncentrat pomidorowy	50 ml.
oliwa	do smażenia
Liść laurowy suszony Prymat	2
ziele angielskie	2
szczypiorek	

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

1.
Kaszę ugotować w osolonej wodzie.
2.
Ugotowaną schłodzić .
3.
Cebulę obrać i pokroić w kosteczkę , podsmażyć na rozgrzanej oliwie.
4.
Paprykę pokroić w kostkę dodać do podsmażonej cebuli, dołożyć listek i ziele ,słodką paprykę i dusić pod przykryciem 5 minut,lekko posolić .
5.
Następnie dolać ketchup i koncentrat, wymieszać , zdjąć z ognia ,wyjąć ziele i listek, dodać ugotowaną kaszę .Całość wymieszać .
6.
Przed podaniem schłodzić .

