

Doradca Smaku VI: Makaron z burakiem, kapustą i kindziukiem, odc. 19



DORADCA SMAKU



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

Składniki

makaron świderki	1 opakowanie
buraki	4
kindziuk	100 g (w plastrach)
cebula	1
kapusta czerwona	1/4 główki
ser dojrzewający tarty	100 g
sok z cytryny	1/2
olej do smażenia	

Do smaku

Koperek suszony Prymat
kminek Prymat
Pieprz czarny mielony Prymat
Sól morska jodowana drobnoziarnista Prymat

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

- KROK 1 W garnku zagotowujemy ok. 2 l wody i wkładamy obrane buraki. Dodajemy 2 łyżki soli morskiej i gotujemy do miękkości (od 40 do 60 min). Czas gotowania zależy od wielkości buraków. Jeżeli użyjemy mniejszych buraków czas gotowania będzie krótszy. Po 40 min. zawsze sprawdzamy widelcem, czy są już miękkie.
- KROK 2 W międzyczasie kroimy w kostkę cebulę, kindziuka oraz kapustę. Następnie podsmażamy na rozgrzanym na patelni oleju. Mieszmamy i doprawiamy kminkiem całym oraz solą.
- Ugotowane buraki wyciągamy z wody. Do gotującej się wody po burakach wrzucamy makaron świderki. Gotujemy do miękkości zgodnie z czasem podanym na opakowaniu.
- KROK 3 Jednego buraka kroimy w półplasterki i dodajemy do smażących się na patelni składników. Skrapiamy sokiem z cytryny i doprawiamy do smaku suszonym koperkiem.
- Pozostałe buraki zostały użyte, żeby zabarwić wodę, a następnie makaron. Możemy je użyć do przygotowania szybkiej sałatki np. z selerem i jabłkiem.
- KROK 4 Ugotowany makaron odcedzamy i przekładamy na patelnię. Wszystko razem mieszamy i doprawiamy do smaku pieprzem i posypujemy startym serem dojrzewającym.