

Cuketa "Bezděk"



Obtížnost: 

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 30min
Celkový čas: 50min , Porce: 4

787 kalorií , 0 g cukrů , 42 g tuků , 36 g bílkovin

Autor: Jana Smidži

Odkaz: <https://srecepty.cz/cuketa-bezdek--2>

Příprava

Cukety oloupeme, odstraníme jádra a nastroháme na hrubém struhadle. Do hrnce nalijeme trochu vody a cuketu 5 minut podusíme. Vydušenou šťávu slijeme. Na vyšší pánvi zpěníme do růžova cibulku a přidáme na kostičky nakrájené párky nebo měkký salám. Osmažíme a zaprášíme sladkou paprikou. Přidáme podušenou cuketu, zalijeme rajským protlakem, ochutíme solí a pepřem a chvíli podusíme. Nakonec vlijeme šlehačku a necháme přejít varem. Podáváme s chlebem.

Ingredience

- ✓ 2 střední cukety
- ✓ 300 g párků
- ✓ 1 větší cibule
- ✓ 2 dcl smetany ke šlehání
- ✓ 1 dcl rajčatového protlaku
- ✓ 1 lžička mleté papriky
- ✓ 1 špetka cukru krystalu
- ✓ sůl
- ✓ pepř
- ✓ 2 lžíce rostlinného oleje

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Finančně nenáročná

