

Cuketová pomazánka na topinky



Obtížnost: 🍴🍴🍴🍴🍴

Čas přípravy: 30min , Čas vaření: 50min
Celkový čas: 1h 20min , Porce: 8

1373 kalorií , 30 g cukrů , 104 g tuků , 52 g bílkovin

Autor: Barbora Dvouletá

Odkaz: <https://srecepty.cz/cuketova-pomazanka-na-topinky>

Příprava

Cibulku zpěníme na oleji, přidáme cuketu, pomletou papriku a rajčata, rozetřený česnek a ostatní suroviny. Nakonec kečup dle chuti. Dusíme asi 30 min, pak plníme skleničky a sterilizujeme cca 20 minut.



Tip k receptu

Určitě jde použít i na těstoviny a pod maso, do guláše atd. Vše záleží na Vaší chuti, chce to ochutnávat a případně si přidat papriku apod.

Ingredience

- ✓ 1,5 kg namleté cukety bez semínek
- ✓ 6 cibulí
- ✓ 6 stroužků česneku
- ✓ 6 lžic sojové omáčky
- ✓ 1 lžice zázvoru (nemusí být)
- ✓ 1 lžice sladké papriky a troška pálivé
- ✓ olej
- ✓ sůl
- ✓ 6 zelených paprik
- ✓ 2-3 oloupaná rajčata
- ✓ nové koření
- ✓ 3-4 bobkové listy
- ✓ pepř celý

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Vegetariánská, Léto, Finančně nenáročná, Zelenina, Jídlo na každý den, Rodina, Pomazánka



