

Wok cuketové lečo



Obtížnost: 🍴 🍴 🍴 🍴 🍴

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 15min
Celkový čas: 25min , Porce: 4

501 kalorií , **12 g** cukrů , **46 g** tuků , **3 g** bílkovin

Autor: LUSYLIE

Odkaz: <https://srecepty.cz/wok-cuketove-leco>

Příprava

Cibuli, česnek a piri piri papričky očistíme, nakrájíme na kostičky a orestujeme na oleji. Přidáme očištěnou a nakrájenou papriku, rajčata a dusíme na skus. Osolíme, opepříme, dochutíme kořením. Přidáme omytou a na proužky nakrájenou cuketu a dusíme cca 5 minut. Na závěr vložíme posekaná nakládaná sušená rajčata, kečup, lžičku másla a necháme projít varem.

Ingredience

- ✓ 2 cukety
- ✓ 3 papriky (kapie)
- ✓ 2 cibule
- ✓ 4 lžíce kečupu Napoli
- ✓ 2 stroužky česneku
- ✓ 3 lžíce slunečnicového oleje
- ✓ 2 piri piri papričky
- ✓ špetka soli
- ✓ špetka bílého pepře
- ✓ 2 rajčata
- ✓ špetka grilovacího koření na zeleninu
- ✓ 2 sušená rajčata
- ✓ 1 lžička másla

Kategorie

Obyčejný den, Vegetariánská, Zelenina, Rychlovka

