

Zeleninová čalamáda



Obtížnost: 🍴🍴🍴🍴🍴

Čas přípravy: 30min , Čas vaření: 10min

Celkový čas: 40min , Porce: 10

3864 kalorií , **100 g** cukrů , **300 g** tuků , **50 g** bílkovin

Autor: Vera

Odkaz: <https://srecepty.cz/zeleninova-calamada>

Příprava

Všechnu zeleninu si načistíme a omyjeme. Nastrouháme si ji nebo nakrájíme na malé kousíčky a vložíme do hrnce na rozpálený olej. Minutku restujeme a pak zalijeme vodou, octem, osolíme a dusíme cca 10 minut. Pak necháme směs vychladnout (babička ji nechávala vychladnout pod dekou) a plníme s ní připravené a omyté sklenice. Řádně je uzavřeme, ale nesterilizujeme, jen uchováváme na temném a chladném místě.



Tip k receptu

Můžeme použít i 1 kg rajčat.



Ingredience

- ✓ 1 kg papriky
- ✓ 1 kg okurek
- ✓ 1 kg cibule
- ✓ 1 kg zelí
- ✓ 15 dkg cukru krupice
- ✓ 4 dkg soli
- ✓ 3 dcl oleje
- ✓ 2,5 dcl octu
- ✓ 2,5 dcl vody

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Vegetariánská, Léto, Finančně nenáročná, Zelenina, Klasika, Rodina, Salát