



Bulgur se zeleninou a tempehem

Hlavní jídlo

(vytvořil*a Fons Beníšky)

- vegetariánské
- veganské
- bez laktózy

název	množství (na 4.0 porcí)
Bulgur	300 gramy
Tempeh uzený	200 gramy
Rajčata [kus]	3 kusy
Mrkev [kus]	3 kusy
Pórek [kus]	1 kusy
Paprika červená [kus]	1 kusy
Cibule červená [kus]	1 kusy
Sójová omáčka	
Olej slunečnicový	
Koření - provensálské	
Česnek [stroužek]	3 stroužek

návod k přípravě

recept nemá popis

úkoly

recept nemá úkoly