

Cizrna na paprice

Hlavní jídlo

(vytvořil*a Klára Ondříčková (Káďa))

| název | množství (na 4.0 porcí) | |
|--------------------------------|--------------------------------|-------------|
| Voda | 450 mililitry | |
| Cizrna - v nálevu | 350 gramy | 1 plechovka |
| smetana na vaření | 200 mililitry | |
| Mouka - hladká | 50 gramy | 2 lžíce |
| Olej slunečnicový | 45 mililitry | 3 lžíce |
| Rajčata [kus] | 1 kusy | oloupané |
| Mrkev [kus] | 1 kusy | |
| Cibule [kus] | 1 kusy | |
| Koření - paprika sladká, mletá | | 1 lžíce |
| Bujón - zeleninový | | 1/2 kostky |
| Sůl | | |

návod k přípravě

Jak na to?

- Na rozeřátém oleji restujte dozlatova nakrájenou cibuli s najemno nastrohanou mrkví. Mezitím si oloupejte rajče - v misce ho zalijte vroucí vodou, po minutě půjde slupka snadno sloupnout. Směs na pánvi osolte, přidejte nakrájené rajče a dále restujte.
- Vmíchejte papriku a zaprašte moukou. Opět krátce orestujte. Přidejte bujon, vodu, smetanu a na nízkém plameni poduste do změknutí zeleniny (asi 15 minut). Rozmixujte dohladka.
- Do směsi vložte cizrnu a nechte společně prohřát.

Tip: Podávejte s těstovinami, bramborovými nočky nebo s houskovým knedlíkem.

<https://www.countrylife.cz/cizrna-na-paprice>

úkoly

recept nemá úkoly