

# Cizrna na paprice

Hlavní jídlo

(vytvořil\*a Klára Ondříčková (Káďa))

| <b>název</b>                   | <b>množství (na 4.0 porcí)</b> |             |
|--------------------------------|--------------------------------|-------------|
| 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