

Cizrna na paprice

Hlavní jídlo

(vytvořil*a Klára Ondříčková (Káďa))

název	množství (na 4 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