

Kuskus z warzywami

Przepis dodany przez użytkownika trini6



kuskus

Ilość porcji: 1-2

Stopień trudności: bardzo łatwe

Potrzebne składniki:

- marchewka - 30 dag
- rosół - 2 szkl.
- papryka - 3 szt.
- pomidory - 30 dag
- pęczek dymki -
- cukinia - 2 szt.
- masło - 2 łyżka(i)
- czosnek - 2 ząbki
- oliwa - 3 łyżka(i)
- sól pieprz kminek -
- kasz kuskus - 30 dag

Etapy przyrządzenia:

1.



Marchewki obrać, umyć pokroić na kawałki

2. Wrzucić marchewkę do wrzącego rosółu, gotować 8 minut. Wyjąć, rosół pozostawić.

3. Paprykę, pomidory, dymkę i cukinię oczyścić, umyć i pokroić na kawałki. Czosnek obrać i przecisnąć przez praskę.

4. W rondlu rozgrzać oliwę, wrzucić czosnek, zeszklić.



5. Dodać marchewkę, paprykę, cukinię i dymkę, podsmażyć razem, ciągle mieszając.

Przyprawić solą, pieprzem i kminkiem. Zalać rosołem. Zagotować, dodać pomidory, dusić 3-5 minut. Jeszcze raz przyprawić do smaku.

- 6.** Zagotować 300 ml wody, osolić ją, wsypać kuskus. Przykryć, odstawić na 5 minut. Zamieszać, dodać masło. Przyprawić gulaszem warzywnym.

