

Leczo warzywne

Pożywne klasyczne danie

 Czas na High: 3

 Czas na Low: -

 Ilość porcji: 3-5

 Czas przygotowania: 30

Składniki

- cukinia żółta ½ szt
- cukinia zielona, ½ szt
- bakłażan, ½ szt
- cebula, 1 szt
- papryka, 1 szt
- pomidor, 2 szt
- natka pietruszki, łyżka
- cukier, łyżka
- ziele angielskie, 5 szt
- liść laurowy, 3 szt
- papryka słodka, łyżka
- koncentrat pomidorowy, łyżka
- białe wino, szklanka
- sól, do smaku
-



Wykonanie:

Paprykę oczyścić z nasion. Wszystkie warzywa dokładnie umyć i pokroić w grubą kostkę. Tak przygotowane składniki włożyć do naczynia Crock-Pot. Całość zalej białym winem, dodaj koncentrat i przyprawy bez soli – dokładnie wymieszaj. Ustaw poziom high i gotuj 3 godziny. Podawaj z posiekana natką pietruszki, dopraw solą do smaku.

Złote myśli

- jeżeli jesteś mięsożercą, dodaj przesmażony i pokrojony boczek, kielbasę lub drób.
- umieszczając na wierzchu starty żółty ser – uzyskasz wyśmienitą zapiekankę.