

Gotowane warzywa z orzechami

Przepis dodany przez użytkownika mniami



kolorowo i smacznie

Ilość porcji: 1-2

Stopień trudności: bardzo łatwe

Potrzebne składniki:

- żółta papryka - 3 strąki szt.
- marchewka - 3 szt.
- cukinia - 1 średnia szt.
- buraczki - 3 małe szt.
- dymka - 1 pęczek puszka(i)
- czarne oliwki - 6 szt.
- orzechy włoskie - 10 szt.
- olej - 3 łyżka(i)
- kardamon, sól, pieprz -
- sok z cytryny - 2 łyżka(i)

Etapy przyrządzania:

1. warzywa umyć. marchewkę i buraczki obrać. Paprykę oczyścić. Wszystkie warzywa poza dymką pokroić w słupki. Gotować osobno, na parze, licząc 8-10 minut na każdą porcję. Dymkę oczyścić, umyć i pokroić. Doprawić solą, pieprzem i połową soku z cytryny. Ugotowane warzywa ostudzić i razem z dymką ułożyć na półmisku w porcjach obok siebie. Posypać oliwkami, połową orzechów i grubo zmielonym kardamonem. Resztę orzechów starannie utrzeć z olejem, doprawić solą i pieprzem i resztą soku z cytryny i sosem skropić warzywa.