



Gulasz wegetariański z kabaczkciem

 dorotaR

Polecane na: [danie główne](#)

Kuchnia (region): [hiszpańska](#)

Warto wiedzieć:

 0 min

 łatwy

 1 porcja

Składniki:

kabaczek - 1 szt.

parówki sojowe - kilka szt.

passata pomidorowa bio - 200 g

marchew - 2 szt.

czosnek ząbki - 1 szt.

papryka słodka - do smaku

sól - do smaku

pieprz - do smaku

oliwa - trochę

chilli - do smaku

Sposób przygotowania:

KROK 1: Parówki sojowe kroimy w mniejsze kawałki i podsmażamy na niezbyt mocno rozgrzanej oliwie na patelni lub w garnku z grubym dnem. Kabaczek obieramy, myjemy, kroimy w kostkę i dodajemy do kielbasy. Marchew obieramy, myjemy, kroimy w kostkę i dodajemy do garnka. Zalewamy szklanką wody, dodajemy przecier. Dodajemy też starty ząbek czosnku i przyprawę. Dusimy ok 20 min.