Ryż z warzywami

Renixx

Polecane na: **danie główne**

Kuchnia (region): **polska**

Warto wiedzieć:

30 min

1 porcja

Składniki:

ryż - 10 dag
dynia - 10 dag
papryka czerwona - 1/2-1 szt.
brokuł - 1/2 szt.
papryka zielona - 1/2 szt.
masło - 5 dag
sól - do smaku
pieprz - do smaku

Sposób przygotowania:

KROK 1: Ryż ugotować w osolonej wodzie. Brokuł podzielić na różyczki, wrzucić do wrzątku i gotować przez 3-4 minuty, odcedzić. Kawałek dyni obrać ze skórki, usunąć miąższ, pokroić w słupki. Paprykę umyć, osuszyć, usunąć nasiona i pokroić w słupki tak jak dynię.
Na patelni rozgrzać masło, wsypać paprykę i dynię, podsmażyć, pod koniec dodać brokuł, przyprawić solą i pieprzem, wymieszać i smażyć przez 2-3 minuty. Ugotowany ryż wyłożyć na talerze, na wierzch ułożyć porcję warzyw.