Cukinia z jarmużem i pomidorami :)

Zdrowie na języku

Polecane na: **danie główne, jednogarnkowe**

Warto wiedzieć:

0 min | łatwy | 2 porcje

Składniki:

- cukinia - 1 szt.
- cebula - 1 szt.
- czosnek - 2 ząbek
- jarmuż - kilka listków
- koncentrat pomidorowy - 1 łyżka
- wędzona kiełbaska (100% mięsa) - opcjonalnie - trochę
- olej - 1 łyżka

Sposób przygotowania:

KROK 1: Na oleju podsmażamy posiekaną cebulę i czosnek. Dodajemy pokrojony jarmuż i cukinię oraz ok. 1/3 szklanki wody. Dusimy pod przykryciem przez ok. 15 minut.

KROK 2: Następnie dodajemy ulubione przyprawy, koncentrat pomidorowy, mieszamy delikatnie i dusimy kolejne 15 minut.

KROK 3: Przed końcem gotowanie można wkroić dobrej jakości kiełbaskę z kurczaka/indyka.