Leczo warzywno - mięsne z pieczarkami i cukinią

Bożena1960

Polecane na: **jednogarnkowe**

Kuchnia (region): **polska**

Warto wiedzieć:

60 min

4 porcje

Składniki:

- mięso mielone - 500 g
- cukinia - 2 szt.
- papryka czerwona - 1 szt.
- papryka zielona - 1/2 szt.
- papryka żółta - 1 szt.
- pieczarki - 250 g
- cebula - 1 szt.
- czosnek - 2 ząbek
- bulion warzywny - 1 szklanka
- olej - 2 łyżka
- koncentrat pomidorowy - 3 łyżka
- sól morska - do smaku
- pieprz biały mielony - do smaku
- papryka słodka mielona - 1 łyżeczka
- papryka ostra mielona - 1/2 łyżeczka
- dodatkowo - przyprawa uniwersalna - do smaku
- mąka pszenna - 1,5 łyżka
- woda zimna - 1/4 szklanka

Dodatkowe info:

Danie można zagęścić zamiast mąką z wodą to delikatną zasmażką, albo w ogólne nie zagęszczać.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Cebulę obieramy i kroimy w kostkę.
Kolorowe papryki myjemy, usuwamy gniazda nasienne, a następnie kroimy w nie duże paski lub kostkę.
Pieczarki obieramy i kroimy w pół plasterki.
Na patelni z dodatkiem niewielkiej ilości oleju podsmażamy mięso mielone, dodajemy pokrojoną cebulę oraz przeciśnięty czosnek.
Po podsmażeniu mięso z cebulą i czosnkiem przekładamy do garnka, na patelnie dodajemy pokrojone pieczarki, chwilę podsmażamy i dodajemy przygotowane papryki smażymy około 15 -20 minut.
Pod koniec smażenia dodajemy cukinię i smażymy jeszcze około 8 - 10 minut.
Zawartość patelni dodajemy do garnka z mięsem, dodajemy szklankę bulionu warzywnego, przecier pomidorowy i dusimy na małym ogniu.
Całość doprawiamy papryką słodką, solą morską drobną oraz białym pieprzem mielonym do smaku (możemy doprawić w razie potrzeby przyprawą uniwersalną).
Kiedy warzywa są miękkie danie zagęszczamy delikatnie mąką wymieszaną w wodzie.