Pomidorowy bigosik z cukinii, selera i marchewki

H A B I B I

Polecane na: **danie główne, jednogarnkowe, lunchbox, przystawki i przekąski**

Kuchnia (region): **arabska**

Warto wiedzieć:

45 min

5 porcji

Składniki:

- Cukinia - 1 kg
- Marchewka - 1 kg
- Seler korzeniowy młody - 1/2 kg
- Passata pomidorowa - 1 litr
- Sól czosnkowa - 1 łyżka
- Ziele angielskie - kilka
- Liście laurowe - 2-3 szt.
- Pieprz mielony - do smaku
- Olej rzepakowy - 3-5 łyżka

Sposób przygotowania:

KROK 1: Cukinię obrać, wyciąć gniazdo nasienne, a miąższ pokroić w kostkę. Selera obrać i pokroić w nieco mniejszą kostkę niż cukinię. Marchewki obrać i pokroić w plasterki. Warzywa wrzucić do garnka, wlać olej i wsypać sól czosnkową oraz ziele angielskie i liście laurowe. Wlać 1/2 szklanki wody, garnek nakryć i dusić 30 minut na niewielkim palniku. Gdy warzywa zmiękną garnek odkryć, dodać pieprz i passatę pomidorową. Dusić do miękkości. Podawać na gorąco albo na zimno.