Szybkie i pożywne warzywa

25san08

Polecane na: **jednogarnkowe, przystawki i przekąski, sałatki**

Kuchnia (region): **arabska**

Warto wiedzieć:

15 min | łatwy | 1 porcja

Składniki:

- brukselka - 10 szt.
- pomidor - 1-2 szt.
- cukinia - 1 mała szt.
- czerwona cebula - 1/2 szt.
- suszona żurawina - 1 garść
- słonecznik łuskany - 1 garść
- dobrej jakości oliwa - 1 do smaku
- ocet balsamiczny - do smaku
- sól - do smaku

Sposób przygotowania:

KROK 1: Warzywa myjemy, duże brukselki dzielimy na połówki, cebulę w kostkę, pomidora kroimy dowolnie, cukinię na talarki. Na patelni rozgrzewamy dobrej jakości oliwę lub olej np.rzepakowy. Smażymy cebulę z brukselką do zbrązowienia brukselki. Dodajemy cukinię, pomidora, ocet balsamiczny, żórawinę. Wszystko dusimy ok 10 min. Wykładamy na talerz, posypujemy słonecznikiem. Smacznego!