

Ratatouille



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 45min
Celkový čas: 1h 5min , Porce: 4

238 kalorií , **0 g** cukrů , **21 g** tuků , **2 g** bílkovin

Autor: Zuzana Mellenová

Odkaz: <https://srecepty.cz/ratatouille>

Příprava

Lilky nakrájíme na kolečka, ty na čtvrtky, posolíme a necháme „vypotit“ (volně ležet, aby odešla přebytečná voda). Cukety nakrájíme na půlkolečka, rajčata a papriky na kostičky, cibuli na měsíčky a česnek na plátky. Lilky otřeme od soli, promícháme se zeleninou, citrónovou šťávou, kořením a 3 lžícemi oleje. Zbylým olejem potřeme alobal, zeleninu an něj prostřeme a pečeme mírně na grilu či v troubě asi 50 minut.

Ingredience

- 2 lilky
- 4 mladé cukety
- 3 větší cibule
- 4 ks červené a žluté papriky
- 3 stroužky česneku
- 3 lžíce olivového oleje
- 1 lžička nasekaného tymiánu
- 1 lžička nasekaného oregana
- 1 lžička rozmarýnu
- 1 lžička bazalky
- 1 lžíce citrónové šťávy
- troška mletého pepře
- špetka soli

Kategorie

Výjimečný den, Francouzská, Vegetariánská, Celoročně, Finančně nenáročná, Zelenina, Exotika, Vegetarián, Hlavní chod

