

# Zeleninová čalamáda



**Obtížnost:** ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 30min , Čas vaření: 10min  
Celkový čas: 40min , Porce: 10

**3864** kalorií , **100 g** cukrů , **300 g** tuků , **50 g** bílkovin

**Autor:** Vera

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/zeleninova-calamada>

## Příprava

Všechnu zeleninu si načistíme a omyjeme. Nastrouháme si ji nebo nakrájíme na malé kousíčky a vložíme do hrnce na rozpálený olej. Minutku restujeme a pak zalijeme vodou, octem, osolíme a dusíme cca 10 minut. Pak necháme směs vychladnout (babička ji nechávala vychladnout pod dekou) a plníme s ní připravené a omyté sklenice. Řádně je uzavřeme, ale nesterilizujeme, jen uchováváme na temném a chladném místě.

### ▣ Tip k receptu

Můžeme použít i 1 kg rajčat.



## Ingredience

- 1 kg papriky
- 1 kg okurek
- 1 kg cibule
- 1 kg zelí
- 15 dkg cukru krupice
- 4 dkg soli
- 3 dcl oleje
- 2,5 dcl octu
- 2,5 dcl vody

## Kategorie

Obyčejný den, Česká, Vegetariánská, Léto, Finančně nenáročná, Zelenina, Klasika, Rodina, Salát