

Zeleninová pánev

Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 40min
Celkový čas: 55min , Porce: 4

189 kalorií , **0 g** cukrů , **14 g** tuků , **3 g** bílkovin

Autor: Beruska64

Odkaz: <https://srecepty.cz/zeleninova-panev>

Příprava

Cukety nakrájíme na tenká kolečka, cibuli a česnek nadrobno, papriku na nudličky. Na rozpáleném oleji zpěníme cibuli a česnek a přidáme cukety s paprikou. Osolíme, opepříme, přidáme špetku tymiánu a za stálého míchání opékáme doměkka. Ještě horké posypeme na talíři strouhaným sýrem. Podáváme s pečivem.

Tip k receptu

recept je z www.maggi.cz z meho nicku Hela64

Ingredience

- 1 ks zelené cukety
- 1 ks žluté cukety
- 1/2 papriky
- 1 ks cibule
- 4 stroužky česneku
- 2 lžíce olivového oleje
- špetka tymiánu
- hrst nastrouhaného Eidamu
- špetka pepře
- špetka soli

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Vegetariánská, Celoročně, Finančně nenáročná, Zelenina, Rychlovka, Vegetarián, Předkrm