

Ratatouille



Trudność: ◻◻◻◻◻

Czas przygotowania: 20min , Czas gotowania: 45min
Całkowity czas: 1g 5min , Porcja: 4

123 Kalorii , **0 g** Cukrów , **13 g** Tłuszczu , **0 g** Białek

Autor: Redaktor

Link: <https://srecepty.pl/ratatouille>

Przygotowanie

Cebule obierz i posiekaj drobno. Czosnek rozgnieć. Bakłażany i cukinie dobrze umyj i pokrój w kostkę. Umyj papryki, osusz i pokrój w kostkę usuwając nasiona i szypułki. W rondlu rozgrzej oliwę na średnim ogniu. Podsmaż czosnek z cebulą. Dodaj pozostałe warzywa i duś na małym ogniu przez 30 minut, mieszając od czasu do czasu. Dodaj passatę i duś jeszcze przez 10 minut. Dopraw solą i pieprzem po smaku. Przed podaniem posyp posiekaną bazylią.

▣ **Porady dotyczące przepisu**

Ratatouille można podawać na zimno lub na ciepło jako dodatek do różnych rodzajów mięsa czy ryb. Można go też jeść tak, jak jest, z kromką chleba.



Składniki

- 3 cukinie
- 2 bakłażany
- 2 ząbki czosnku
- 2 cebule
- 2 papryki (czerwone)
- 200 g passaty
- 2 łyżki oliwy z oliwek
- 30 g bazylii
- 1 szczypta soli
- 1 szczypta pieprzu

Kategorie

Wegetariańskie, Warzywa, Rodzina, Dania główne