



przepisy.pl

Ratatuj z soczewicą



 45 minut  4 osoby  Łatwe

Składniki:

- cukinia duża - 1 sztuka
- bakłażan - 1 sztuka
- papryka - 1 sztuka
- Przyprawa w Mini kostkach Czosnek Knorr** - 1 sztuka
- Przyprawa w Mini kostkach Pietruszka Knorr** - 1 sztuka
- soczewica brązowa z puszki - 1 opakowanie
- pomidory krojone puszka - 1 opakowanie
- suszone pomidory - 4 sztuki
- cebula - 1 sztuka
- suszone oregano - 3 łyżki
- czosnek ząbek - 1 sztuka
- oliwa - 4 łyżki
- natka pietruszki - 0.5 pęczków

[Zamów świeże składniki z dostawą do domu do wybranych przepisów. Sprawdź.](#)

Sposób przygotowania:

1. Warzywa umyj i osusz. Bakłażana pokrój na plasterki, posyp solą i odstaw na kwadrans. Następnie plastry bakłażana opłucz z soli i osusz. Paprykę, cukinię i bakłażana pokrój w drobną kostkę.
2. Na łyżce oliwy z oliwek podsmaż posiekaną cebulę i pokrojony w plasterki czosnek. Gdy zacznie pachnieć dodaj bakłażana i 2 łyżki oliwy z oliwek.
3. Gdy bakłażan będzie już miękki dodaj paprykę z cukinią, duś kolejne 10 minut.
4. Następnie dodaj krojone pomidory z puszki i duś 5 minut.
5. Dodaj do warzyw na patelni 1/2 puszki osączonej soczewicy, całość przypraw mini kostkami czosnek i pietruszka Knorr, oregano, suszonymi pomidorami, pieprzem i duś jeszcze 2 minuty.
6. Danie posyp posiekaną natką.

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego www.przepisy.pl. Znajdź nas na Facebooku www.facebook.com/przepisypl