



przepisy.pl

Włoskie kanapki z antipasti



 30 minut  8 osób  Łatwe

Składniki:

- pieczywo pełnoziarniste, kromki - 8 sztuk
- Rama 100% Roślinna** - 20 gramów
- cukinia - 0.5 sztuk
- bakłażan - 0.5 sztuk
- papryka czerwona - 1 sztuka
- cebula czerwona - 1 sztuka
- ząbek czosnku - 1 sztuka
- ocet balsamiczny - 30 mililitrów
- rukola - 2 garść
- parmezan lub inny twardy ser - 10 gramów
- kiełki - 2 garść
- sól - 1 szczypta
- Pieprz czarny z Wietnamu mielony Knorr** - 1 szczypta
- oliwa z oliwek - 3 łyżki

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

Sposób przygotowania:

1. Warzywa pokrój w plastry, czosnek posiekaj. Oliwę rozgrzej na patelni i mocno zrumień warzywa, dodaj czosnek a następnie wlej ocet. Odparuj. Dopraw do smaku.
2. Kromki pieczywa posmaruj margaryną, następnie nałóż na każdą z nich porcję rukoli.
3. Przygotowane warzywa rozłóż na kanapkach, posyp startym na płatki serem, udekoruj kiełkami i podawaj.

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