

Kapusta duszona z cukinią

„Młoda duszona kapusta to jedna z moich ulubionych nowalijkowych potraw. Jest nie tylko zdrowa, ale i niezwykle smaczna. Tym razem dodałam cukinię, trochę pomidorów i wyszło to cudo. Do tego była z masłem i obiad jak znalazł.”

Składniki:

- 1 mała główka młodej kapusty
- 1 cukinia
- 200 -300 ml passaty pomidorowej
- 2 duże szalotki
- 2 ząbki czosnku
- Duża garść kopru
- Sól i pieprz
- 1 łyżeczki słodkiej papryki
- 3 łyżki masła/oliwy



Przygotowanie:

- Z kapusty odciąć ciemne liście i wyciąć głąb. Resztę posiekać. Cukinię umyć, odciąć końce, przekroić na pół wzdłuż i każdą połówkę jeszcze na pół i pokroić w 0,5 cm paski. Szalotkę również posiekać.
- W dużym nieprzysmarowanym garze podsmażyć cebulkę z cukinią na 2-3 łyżkach masła lub oliwy przez kilka minut. Dodać kapustę, posolić i podsmażyć jeszcze przez chwilę. Następnie zalać passatą, dodać słodką paprykę i dusić pod przykryciem aż warzywa zmiękną tj. 15-20 minut. Od czasu do czasu mieszać. Pod koniec doprawić do smaku solą i pieprzem oraz dodać posiekany koper. Wymieszać i podawać np. z pieczywem

*Cukinię możecie pominąć.

*Możecie dodać także podsmażoną kiełbasę.