

Kasza gryczana z kielbasą i warzywami

Autor: **ErJot**Przepisów: **698** Ocena: **6318**

1-2 os.



15 min



łatwe



przystępne



Składniki:

- kasza gryczana prażona 1 woreczek
- pomidor 2 szt
- brokuł mały 1 szt
- kielbasa śląska 2 szt
- masło 1 łyżeczka
- sól do smaku
- przyprawa do grilla do smaku
- cukier 1 szczypta

Sposób przygotowania:

- 1 Kaszę gryczaną gotujemy w osolonym wrzątku zgodnie z przepisem na opakowaniu i odsączamy.
Brokuła dzielimy na różyczki, wrzucamy do osolonego wrzątku, gotujemy 2-3 min i również odsączamy.
Kielbasę kroimy w plastry, oprószamy przyprawą do grilla i smażymy na patelni na rumiano z obu stron. Następnie kielbasę zsuwamy na bok patelni, dodajemy masło i na rozgrzane kładziemy plastry pomidora. Podsmażamy po 1 min z obu stron doprawiając szczyptą cukru i solą do smaku.
Na talerzach układamy porcje kaszy a na niej brokuła oraz kielbasę i pomidora wraz z sokiem /który wyciekł z pomidora/ i tłuszczem z patelni.

Twoje notatki do przepisu: