

Smazona cukinia na ostro



Autor: **mimiwiki**
Przepisów: **573** Ocena: **16722**

3-4 os. 30 min łatwe tanie



Składniki:

- 300 g cukinii
- 1 pęczek dymki (biała i zielona część)
- 3 ząbki czosnku
- 1 czerwona papryczka chili
- 1 łyżeczka suszonego tymianku
- 1 łyżka oliwy z oliwek
- Sól

Sposób przygotowania:

- 1 Cukinię myjemy i bez obierania kroimy w słupki (wielkości kciuka). Skrapiamy delikatnie oliwą, przyprawiamy tymiankiem i odstawiamy na kwadrans. Czosnek, dymkę i papryczkę siekamy na plasterki.

Resztę oliwy rozgrzewamy na patelni i na małym ogniu przesmażamy cebulkę z czosnkiem i chili. Dodajemy cukinię, zwiększamy ogień i smażymy razem przez 6-8 minut, aż cukinia będzie chrupiąca. Na koniec doprawiamy niewielką ilością soli. Smacznego :)

Więcej przepisów na blogu dietetyczno-kulinarnym [Moje Kuchenne Rewelacje](http://mojekuchennerewelacje.blogspot.com) :)



Twoje notatki do przepisu: