

Pirított burgonyás- paradicsomos egytálétel



Hozzávalók:

- 250 g burgonya
- 1 piros kaliforniai paprika
- 1 fokhagymagerezd
- 150 g gomba
- 250 g felkockázott paradicsom
- olívaolaj
- só és bors

Elkészítés:

- Hámozzuk meg és vágjuk négyfelé a burgonyát. Tegyük fel egy lábasba és öntsük fel vízzel, hogy ellepje. Forraljuk fel.
- Hagyjuk főni 20 percig
- Közben vágjuk apróra a paprikát és a gombát, fokhagymát.
- Ahogy megfőtt a burgonya, olajon pirítsuk meg a zöldségeket a burgonyával együtt.
- Adjuk hozzá a paradicsomot, majd fűszerezzük.
- Hagyjuk kb 5 percig főni, hogy rotyogjon.

Jó étvágyat hozzá!



1 adag



35 perc



389 kcal