

Čalamáda z růžovek

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Cibule 5 ks
- Zelená paprika 1 ks
- Červená paprika 1 ks
- Deko 1 ks
- Žlutá paprika 1 ks
- Růžovka 500 g

Doba přípravy: 45 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Z růžovek zpracováváme pouze hlavy, které ještě lépe oloupeme.

Hlavičky nakrájíme, povaříme a necháme okapat. Ještě teplé růžovky smícháme s nahrubo nakrájenou cibulí a paprikou a přelijeme teplým nálevem z deka. To připravíme podle návodu na obalu. Řádně promícháme.

Čalamádu z růžovek plníme do sklenic, uzavřeme a sterilizujeme 30 minut při 80 °C.

Čalamádu z růžovek skladujeme v chladu a temnu. Podáváme podle chuti.