

Grilovaná zelenina II

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: Monyszek



Suroviny

Porce: 4

- Červená paprika 2 ks
- Olivový olej 3 lžíce
- Červený vinný ocet 1 lžíce
- Česnek 1 stroužek
- Červená chilli paprička 1 ks
- Lilek 1 ks
- Cuketa 1 ks
- Červená cibule 2 ks
- Sušená rajčata nakládána v oleji 6 ks
- Černé olivy 1 hrst
- Sůl dle chuti 1 špetka
- Pepř dle chuti 1 špetka

Doba přípravy: 50 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Grilování

Zařazení: Oběd

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Papriky nechte pod grilem v troubě zcela zčernat. Dejte je do mísy a přiklopte talířem.

Zatímco papriky chladnou, smíchejte ve velké míse olej, ocet, česnek a chilli papričku. Kolečka lilku,

cukety a cibule postupně opečte na olejem potřené grilovací pánvi - cuketa a cibule mohou být do poloměkka, lilek udělejte absolutně měkký. Poté zeleninu dejte do mísy s marinádou a pořádně ji promíchejte. Papriky oloupejte a nakrájejte na nudličky. Spolu se sušenými rajčata a olivami vmíchejte k zelenině. Osolte a opepřete podle chuti. Můžete rovněž ještě zastříknout olejem. Servírujte k sendvičům s kozím sýrem.