

Restovaná zelenina na sucho

Kategorie: [Přílohy](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 1

- zelenina 1 ks
- **podle chuti**
- sůl 1 ks
- **podle potřeby**
- olivový olej 1 ks

Doba přípravy: 10 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Restování

Země: Česká republika

Počet porcí: 1

Postup:

Kousky nakrájené zeleniny, kterou máme rádi - lilek, paprika, lusky, rajčata, cuketa, mrkev, hrášek atd. restujeme na sucho na rozpálené pánvi.

Až začne zelenina být opečená (jak moc, záleží na preferencích), dáme pánev pryč z ohně a přidáme k ní olivový olej, osolíme a případně okořeníme podle chuti. Mnoho lidí to dělá naopak, restuje zeleninu na rozpáleném oleji, ale díky tomuto postupu bez oleje na sucho dostaneme chutnější a zdravější výsledek.

Restovanou zeleninu na sucho podáváme k různým pokrmům podle chuti.