

Kuskus na italský způsob

Počet porcí: 2

Doba přípravy: 30 minut

Bez lepku

Postup přípravy

Kuskus připravit podle návodu a přidáme do něj olivový olej. Do vody přidáme zeleninový bujón. Na pánvičce opečeme na olivovém oleji pokrájená rajčata do změknutí. Potom přidáme kuskus, protlak, česnek, koření, sůl, pepř a tuto směs na mírném ohni opékáme, dokud kuskus nezačne trochu zlátnout. Nakonec přidáme nastouhaná eidam a cottage. Ozdobíme pokrájenými olivami a čerstvou bazalkou.

Ingredience

- **Rajčata** - 85 g
- **Česnek** - 2 g
- **Kuskus 500 g** - 200 g
- **Bazalka čerstvá** - 4 g
- **Olivový olej** - 10 g
- **Olivy zelené** - 6 g
- **Jihočeský Cottage natur 5%** 150 g - 30 g
- **Jihočeský eidam 45 % plátky 100 g** - 20 g
- **Pepř černý mletý 20 g** - 2 g
- **Koření na pizzu 20 g** - 4 g
- **Jedlá sůl vakuová 1 kg** - 2 g
- **Bez lepku Zeleninový bujón 56 g** - 8 g
- **Podravka rajčatový protlak v tubě 120 g** - 10 g

VYTVOŘENO PROSTŘEDNICTVÍM

CELIATICA.CZ

VÁŠ SEZNAM ONLINE

