

Paprykarz

data aktualizacji: 2020.05.04 autor: Redakcja



Składniki:

- 100 g suchego ryżu
- 1 makrela
- 1 marchewka
- 2 cebule
- 2/3 szklanki bulionu warzywnego
- 3-4 łyżeczki koncentratu pomidorowego
- natka pietruszki
- sól, pieprz, papryka słodka, ostra i kurkuma do smaku

Sposób przygotowania:

Ryż gotujemy według instrukcji na opakowaniu.

Makrele obieramy ze skóry i pozbywamy się ości.

Cebulę obieramy i kroimy w kosteczkę.

Marchewkę obieramy i ścieramy na tarce o dużych oczkach.

Cebulę podsmażamy na oleju i dodajemy startą marchewkę. Smażymy przez chwilę razem.

Dodajemy ugotowany ryż i wszystko mieszamy.

Dodajemy bulion oraz koncentrat pomidorowy.

Dodajmy makrelę i wszystko dokładnie mieszamy.

Doprawiamy przyprawami: pieprz, papryka słodka, ostra, kurkuma oraz ewentualnie sól.

Posypujemy posiekaną natką pietruszki i mieszamy. Odstawiamy do przegryzienia się smaków.

Źródło: <https://zyrardow.eglos.pl/aktualnosci/item/35454-paprykarz>