

Przepis na bezglutenowe leczo z makaronem



Składniki:

Składniki dla 2 osób:

- ☐ 2 papryki czerwone
- ☐ 2 papryki żółte
- ☐ ½ cukinii
- ☐ 1 papryczka chili
- ☐ 1 duża cebula
- ☐ Oliwa z oliwek do smażenia i polania potrawy
- ☐ 1 szklanka sosu pomidorowego
- ☐ Sól do smaku
- ☐ 1 łyżeczka pieprzu czarnego BEZGLUTEN
- ☐ 2-4 łyżki oregano marki BEZGLUTEN
- ☐ 6 dowolnych, bezglutenowych parówek
- ☐ 2 łyżki lubczyku (niekoniecznie)
- ☐ 1 szklanka makaronu tagliatelle wstążka szeroka BEZGLUTEN

Przygotowanie

Cukinię obieramy ze skóry i kroimy w kosteczkę. Papryki kroimy w ćwiartki, usuwamy środek z pestkami a resztę kroimy w paseczki. Cebulę obieramy i także kroimy w pół talarki. Papryczkę chili siekamy tasakiem. Cebulę podsmażamy na oliwie do momentu, aż będzie szklista. Dodajemy papryki i cukinię, całość smażymy 10 minut na dużym ogniu, stale mieszając, a następnie zmniejszamy ogień i dusimy ok. 15-25 minut (w zależności od preferencji) na średnim ogniu pod przykryciem. Dodajemy sos pomidorowy, sól oraz przyprawy do smaku, a także pokrojone w 1 cm talarki parówki. Całość podgrzewamy na małym ogniu i przystępujemy do gotowania makaronu.

Tagliatelle wrzucamy do gorącej, osolonej wody z dodatkiem oliwy, gotujemy zgodnie z czasem, podanym na opakowaniu (ok. 7-8 minut), a następnie odsączamy na sitku i przelewamy zimną wodą. Gotowy makaron układamy na talerze, polewamy grubą warstwą lecho a całość polewamy oliwą z oliwek. Smacznego!

Uwaga: papryczka chili jest dość ostra, sami decydujemy, ile jej dodamy. Dla złagodzenia ostrości możemy dodać ją do potrawy w całości, wydrążając wcześniej pestki, a następnie wyjąć ją, przed podaniem.