



Rzodkiewki na ciepło

 Średnia



Składniki

- 2-3 pęczki rzodkiewek
- 2 łyżki masła
- sól
- pieprz
- sok z cytryny
- cukier
- odrobina posiekanego szczypioru (do posypania)
- ząbek posiekanego lub szczypta granulowanego czosnku (opcjonalnie)





Rzodkiewki na ciepło

Rzodkiewki jadamy zazwyczaj na surowo, pochrupując je w całości lub jako dodatek do kanapek, sałatek, twarogów czy chłodników. Tymczasem po obróbce termicznej są równie pyszne i zapewne zaskoczą was swoim ciekawym smakiem.

Mimo, że podczas podgrzewania tracą nieco swój kolor to stają się jakby delikatniejsze i mniej ostre.



Rzodkiewki na ciepło są zupełnie inne, ale w dalszym ciągu smakują jak rzodkiewki, chociaż niektórzy twierdzą, że ich smak przypomina troszkę smak młodej kalarepy lub szparagów 😊

Spróbujcie koniecznie. W wersji na ciepło są idealnym dodatkiem obiadowym.

Do rzodkiewek możecie pod koniec smażenia dodać np. bułkę tartą. Chwilkę smażyć aby bułka lekko się zrumieniła i od razu podawać.

Można również sok z cytryny zastąpić octem jabłkowym a zamiast cukru doprawić rzodkiewki miodem i dodać jeszcze na koniec łyżkę śmietany.



Zapraszam do kuchni...

Kroki

1

○ ZROBIONE



Rzodkiewki dokładnie umyj, osusz, usuń ogonki i łodyżki.

Każdą rzodkiewkę pokrój na kawałki podobnej wielkości - w ósemki, ćwiartki lub na połówki.

W zależności od wielkości.

2

○ ZROBIONE



Na patelni rozpuść masło, Dodaj rzodkiewki.

Smaży na średnim ogniu do czasu aż zmiękną i dobrze się zrumienią. Około 8-10 min.

Opcjonalnie :

możesz dodać wcześniej na roztopione masło drobno posiekany ząbek czosnku. Smaż go dosłownie minutę a następnie dodaj na patelnię rzodkiewki.

3

○ ZROBIONE



Pod koniec duszenia dodaj odrobinę wyciśniętego soku z cytryny, dopraw do smaku solą, pieprzem i cukrem. Wrzuć posiekany szczypiorek.

Podawaj na ciepło jako dodatek do obiadu lub samodzielny posiłek.

Rzodkiewki można doprawić jeszcze odrobiną czosnku granulowanego, pieprzem ziołowym lub chilli.

Smacznego!

Szlakami smaków



Szlakami Smaków © 2016-2020