

Bruschetta pomidorowo-paprykowa

Przepis: Karolina Remiasz-Konefał, mama Piotra (DILV + PLE)

Składniki:

- Sparzony i obrany ze skórki pomidor, pokrojony w kostkę
- Drobnno pokrojona papryka czerwona
- Rozgnieciony ząbek czosnku
- Cebula dymka drobnno pokrojona
- Olej MCT
- Przyprawy: sól, pieprz, bazylia, oregano

Przygotowanie:

Składniki dusimy na patelni lub w rondlu, pod przykryciem, z dodatkiem oleju MCT, aż warzywa staną się miękkie. W międzyczasie lekko opiekamy w piekarniku lub opiekaczu pokrojoną w kawałki bagietkę. Nakładamy podduszone warzywa na kawałki chrupiącej bagietki.