



Lampaankyljykset ja paprikamuhennos

Aineet: Lampaankyljyksiä
tilkka Öljyä
1 kpl Punaisia paprikoita
1 kpl Vihreitä paprikoita
1 kpl Sipulia
4-5 kynttä Valkosipulia
Persiljaa
450 g Tomaattimurskaa
Timjamia
Suolaa
Mustapippuria
Cayennepippuria
Sokeria

Valmistus: Poista paprikoista siemenet ja suikaloi paprikat. Hienonna sipuli, valkosipulinkynnet ja persilja. Kuumenna kattilassa tilkka öljyä ja freesaa kasviksia siinä hetki. Lisää joukkoon tomaattimurska ja mausteita maun mukaan. Hauduta 15- 20 minuuttia. Nuiji kevyesti kyljyksiä ja paista pannulla kauniin ruskeiksi. Mausta ripauksella suolaa. Tarjoa paprikamuhennoksen ja lohkoperunoiden kanssa.

www.superkokki.com