



Konserwowa cukinia z miodem

🕒 30–40 Min   

Przygotowanie

- 1 Umyj cukinię i za pomocą obieraczki do ziemniaków lub ostrej tarki pokrój w cienkie, szerokie paski.
- 2 Ułóż paski w naczyniu i posyp każdą warstwę solą morską. Pozostaw do zaparzenia na około 30 minut.
- 3 Zwiń paski cukinii i ułóż je w sterylnych słoikach. Obierz czerwoną cebulę i pokrój cienko.
- 4 Wsyp do słoika ziarna kolorowego pieprzu i gorczycę. Ząbki czosnku rozgnieć grzbietem noża i lekko zrumień na rozgrzanej oliwie z oliwek. Włóż czosnek do słoików.
- 5 Wlej bulion warzywny do garnka, dodaj miód i sól. Doprowadzić do wrzenia. Zalej cukinię w słoikach.
- 6 Natychmiast zamknij słoiki i pozostaw do ostygnięcia. Można je przechowywać w lodówce przez kilka tygodni.

Składniki - Ilość osób: 4

♦ = Kotányi Produkty

8 szt.	Cukinia, średni rozmiar
1 szt.	Czerwona cebula, mała
80 ml	Oliwa z oliwek
2 szt.	Ząbek czosnku
400 ml	Bulion warzywny
1 łyżeczka	Miód
1 łyżeczka	♦ Pieprz Kolorowy ziarnisty
1 łyżka	♦ Gorczyca żółta cała
1 szczypta	♦ Sól Morska gruboziarnista jodowana

WSKAZÓWKA: Cukinie doskonale komponują się z kozim serem.

