

JanicsÁjnyÁjsak

SzerzÁ: TaksÁjr Ferenc

2007. december 04.

UtolsÁ³ frissÁ-tÁ©s 2007. december 16.

- 30 dkg kelbimbÁ³,
- 15 dkg szeletelt, hÁ⁰sos mangalicaszalonna,
- 1 padlizsÁjn,
- 1 cukkÁ-ni,
- 4 fej gomba,

- 1 db piros kaliforniai A kelbimbÁ³t grillezÁ©s elÁµtt enyhÁ©n sÁ³s vÁ-zben megfÁµzzÁ¼k. A zÁ¶lidsÁ©geket karikÁjra vÁjgju kelbimbÁ³kat egyesÁ©vel szalonnacsÁ-kokba tekerjÁ¼k Á©s felvÁjltva a cukkÁ-nivel, padlizsÁjnnal, paprikÁjval, gombÁjval Á©s hagymÁjval nyÁjrsra hÁ⁰zzuk. OlÁ-vaolajjal megkenjÁ¼k, majd borssal, sÁ³val, kakukkfÁ»vel fÁ»szerezzÁ¼k. IzzÁ³ parÁjzs fÁ¶lÁ¶tt forgatva lassan megsÁ¼tjÁ¼k. A kaprot a joghurtal Á¶sszekeverjÁ¼k Á©s ezt adjuk a nyÁjrsak mellÁ©.A receptet TaksÁjr Ferenc nyÁ-rteleki olvasÁ³nk kÁ¼ldte. KÁ¶szÁ¶njÁ¼k!