

Kolorowa Zapiekanka Warzywna – Prawdziwa Feeria Smaków!

Chcesz zaskoczyć rodzinę zdrowym i pysznym daniem? Nasza kolorowa zapiekanka warzywna to idealny wybór! To połączenie świeżych, chrupiących warzyw, aromatycznych ziół i kremowego sosu, które zachwyci każdego. Ta zapiekanka nie tylko wspaniale smakuje, ale również pięknie prezentuje się na stole, wprowadzając do Twojej kuchni odrobinę koloru i radości. Dzięki warzywom pokrojonym w cienkie plasterki, potrawa jest delikatna i szybka w przygotowaniu, a także doskonale komponuje się z różnymi dodatkami, takimi jak ryż, kasza czy pieczywo.

Składniki:

- 2 średnie cukinie
- 2 średnie bakłażany
- 3 średnie ziemniaki
- 2 marchewki
- 2 czerwone papryki
- 1 duża cebula
- 2 ząbki czosnku
- 200 ml śmietany kremówki
- 150 g sera żółtego (np. mozzarella lub cheddar)
- 2 łyżki oliwy z oliwek
- Świeże zioła (np. tymianek, rozmaryn, bazylia)
- Sól i pieprz do smaku

Przygotowanie:

1. Przygotowanie warzyw:

- Umyj wszystkie warzywa.
- Cukinie, bakłażany, ziemniaki i marchewki pokrój w cienkie plasterki.
- Cebulę pokrój w półplasterki, a papryki w cienkie paski.
- Czosnek posiekaj drobno.

2. Układanie warzyw:

- Posmaruj naczynie żaroodporne oliwą z oliwek.
- Układaj warzywa na przemian, tworząc kolorowe warstwy. Zacznij od ziemniaków, potem marchew, cukinię, bakłażany, cebulę i paprykę.
- Posypuj każdą warstwę odrobiną soli, pieprzu i świeżych ziół.

3. Przygotowanie sosu:

- W misce wymieszaj śmietanę kremówkę z posiekanym czosnkiem, odrobiną soli i pieprzu.

- Polej sosem warzywa.
- 4. **Pieczenie:**
 - Nagrzej piekarnik do 180°C.
 - Przykryj naczynie folią aluminiową i piecz przez 30 minut.
 - Następnie zdejmij folię, posyp warzywa startym serem i piecz przez kolejne 15-20 minut, aż ser się rozpuści i lekko zarumieni.

Podsumowanie

Twoja kolorowa zapiekanka warzywna jest gotowa! To danie nie tylko wygląda apetycznie, ale również smakuje wyśmienicie. Idealne na lekki obiad lub kolację, zachwyci zarówno dzieci, jak i dorosłych. Ciesz się zdrowym i smacznym posiłkiem, który dostarczy Ci mnóstwo witamin i minerałów. Smacznego!