Lecsó kolbásszal és paprikával

Hozzávalók

- 35 g MAGGI LECSÓ alap
- 200 g Virsli, csirke
- 74 g Paprika, édes, piros, nyers
- 2 fej vöröshagyma
- 1 közepes Amerikai tök,nyári, cukkini, héjjastól, nyers
- 30 g Olaj, repce

Elkészítés

1. A kolbászt 0,5 cm-es darabokra, a paprikát, a hagymát és a cukkinit kockákra vágjuk.
2. Az olajban enyhén megpirítjuk a hagymát és a kolbászt. Adjuk hozzá a paprikát és a cukkinit.
3. Oldjuk fel a MAGGI Lecsó alapot vízben. Öntsük bele a sült zöldségeket a kolbásszal együtt, és főzzük az egészet 2 percig.
4. A kész lecsót kenyérrel tálaljuk.

Tápérték adatok

Szénhidrát	15.38 g
Energia	306.52 kcal
Zsír	21.43 g
Fehérje	13.02 g
Telített zsírok	3.49 g

14 Perc

3 adagokat