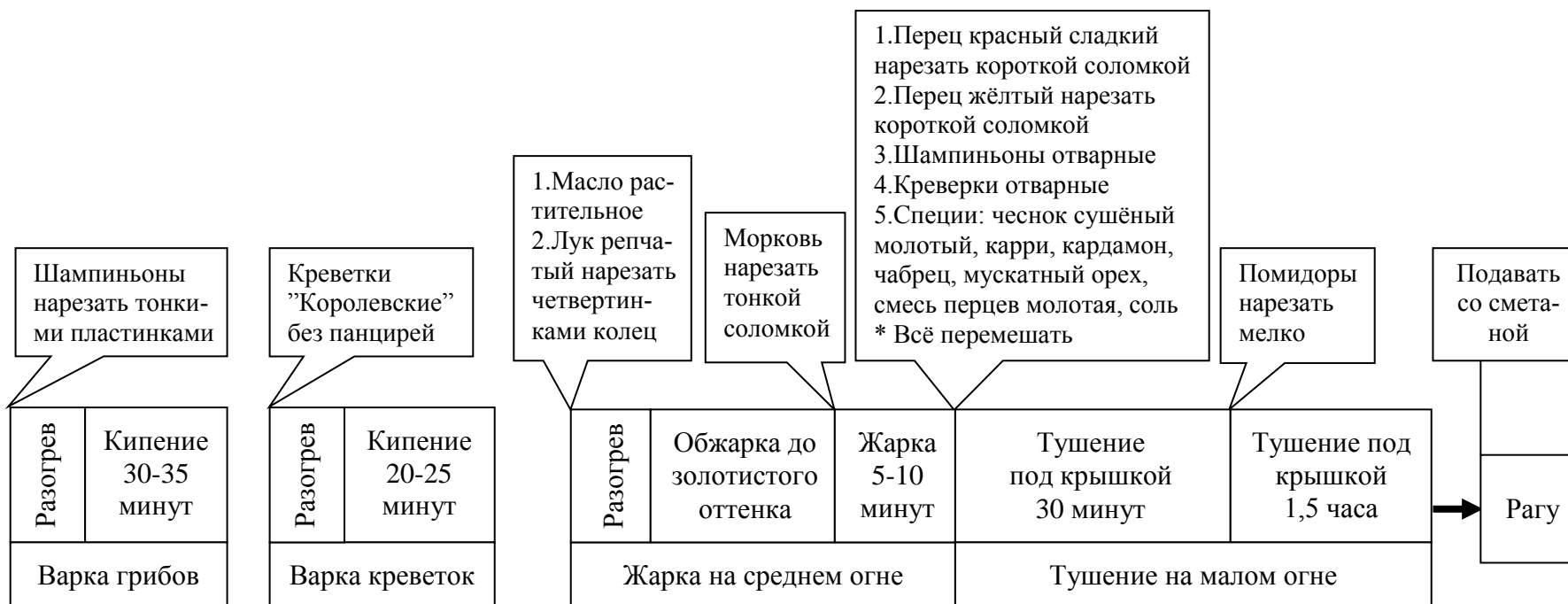


Овощное рагу с креветками и шампиньонами (khurs.ru - 2017)



1. Креветки "Королевские" без панцирей – 1 кг
2. Шампиньоны – 500-600 г
3. Лук репчатый – 1 кг.
4. Морковь – 2 шт.
5. Перец красный и жёлтый сладкий – 2+2 шт.
6. Помидоры – 2-3 шт.
7. Масло растительное
8. Сметана жирностью 20%
9. Приправа для морепродуктов – 1 ст. ложка
10. Чеснок сушёный молотый – 1 ст. ложка
11. Карри
12. Кардамон
13. Чабрец
14. Мускатный орех
15. Смесь перцев молотая
16. Соль – 1 ст. ложка



Овощное рагу с креветками и шампиньонами



1. Берём креветки "Королевские" без панцирей



2. Размораживаем креветки "Королевские" без панцирей



3. Берём шампиньоны



4. Режем шампиньоны тонкими пластинками



5. Берём перец жёлтый сладкий



6. Режем перец жёлтый сладкий короткой соломкой



7. Берём перец красный сладкий



8. Режем перец красный сладкий короткой соломкой



9. Берём морковь



10. Режем морковь тонкой соломкой



11. Берём лук репчатый



12. Чистим лук репчатый

Овощное рагу с креветками и шампиньонами



13. Режем лук репчатый четвертинками колец



14. Берём помидоры



15. Режем помидоры мелко



16. Отмеряем приправу для морепродуктов



17. Составляем пропорции специй



18. Перемешиваем специи



19. Берём масло растительное



20. Берём сметану жирностью 20%



21. Ставим кастрюлю с водой на огонь



22. Кладём шампиньоны в кастрюлю



23. Варим шампиньоны на среднем и малом огне



24. Воду сливаем, шампиньоны выкладываем на тарелку

Овощное рагу с креветками и шампиньонами



25. Ставим кастрюлю с водой на огонь



26. Кладём креветки "Королевские" в кастрюлю



27. Кладём приправу для морепродуктов в кастрюлю



28. Воду сливаем, удаляем остатки панцирей и кладём креветки в миску



29. ставим сковороду на огонь



30. Наливаем масло растительное в сковороду



31. Кладём лук репчатый в сковороду



32. Обжариваем лук репчатый до золотистого оттенка



33. Кладём морковь в сковороду



34. Перемешиваем содержимое сковороды и жарим на среднем огне



35. Кладём перец красный сладкий в сковороду



36. Кладём перец жёлтый сладкий в сковороду

Овощное рагу с креветками и шампиньонами



37. Перемешиваем содержимое сковороды



38. Кладём шампиньоны отварные в сковороду



39. Перемешиваем содержимое сковороды



40. Кладём креветки отварные в сковороду



41. Кладём специи в сковороду



42. Перемешиваем содержимое сковороды



43. Накрываем сковороду крышкой и тушим на малом огне



44. Перемешиваем содержимое сковороды



45. Кладём помидоры в сковороду



46. Перемешиваем содержимое сковороды



47. Накрываем сковороду крышкой и тушим на малом огне



48. Подаём рагу на стол, можно добавить сметану