

Овощные рагу-пакеты

Вам понадобится

| | |
|------------------|----------|
| Морковь | по вкусу |
| Болгарский перец | по вкусу |
| Кабачок | по вкусу |
| Лук | по вкусу |
| Соль, специи | по вкусу |

Приготовление

- 1 Нарезать овощи примерно одинаковыми кусочками, посолить и добавить любимые специи.
- 2 Бланшировать или использовать сырыми.
- 3 **Вакуумирование:** овощи поместить в вакуумный пакет, установить его в вакуумный упаковщик, действуя согласно руководству по эксплуатации. Выбрать режим СУХОЙ.
- 4 Убрать в морозилку.
- 5 Для приготовления обжарить овощи на сковороде с маслом или потушить с добавлением воды или бульона.