



ES Mūžizglītības programmas

**Comenius daudzpusējais projekts „The treasure chest and ICT or ICT in reading and writing”**

Līguma nr. 2013-1-BG1-COM06-00006 2

**Krāsains sapnis**

**Sastāvdaļas:**

4 vistu stilbiņi  
1 cukini  
2 burkāni  
1 sīpols  
4 ķiploku daiviņas  
5 ēdamk.tomātu mērces  
eļļa  
sāls

**Pagatavošana:**

1. Sagriezt sīpolu un ķiploku daiviņas sīkos gabaliņos. Burkānus sarīvēt.
2. Katlā ieliet nedaudz eļļas, cept 5 min sagrieztu sīpolu un ķiploku.
3. Ielikt vistu stilbiņus un samaisīt.
4. Vēlāk pievienot burkānus, gabaliņos sagrieztu cukini un nedaudz ūdens, samaisīt un vārīt uz lēnā uguns 20 minūtes.
5. Ielikt 5 ēdamkarotes tomātu mērces un sāls (pēc garšas). Vārīt 20 min.
6. Var pasniegt ar skābo krējumu vai citām mērcēm.



## Colourful dream

### Ingredients:

4 chicken drumsticks  
1 zucchini  
2 carrots  
1 onion  
4 garlic cloves  
5 tbsp. tomato sauces  
oil  
salt

### Preparation:

1. Cut the onion and the garlic cloves into small pieces. Grate the carrots.
2. In a pot pour a little oil, fry chopped onion for 5 minutes and garlic.
3. Add the chicken drumsticks and blended.
4. Later, add the carrots, diced zucchini and a little water, stir and cook on low heat for 20 minutes.
5. Add 5 tablespoons of tomato sauce and salt (to taste). Boil for 20 min.
6. Can be served with sour cream or other sauces.

