Время приготовления: 40 мин

На 6 порций:

• 1 небольшая тыква • 5–7 стручков сладкого перца • 1 головка чеснока • 2 пучка смешанной свежей зелени (петрушка, укроп, кинза) • 1 банка консервированных томатов в собственном соку (800 мл) • 4 луковицы • соль • молотый черный перец

1. Тыкву вымыть, разрезать пополам, удалить семена, очистить и нарезать кусочками длиной 5 см и толщиной 2–3 см. Стручки сладкого перца вымыть, очистить от семян и нарезать небольшими кусочками.

2. Репчатый лук очистить и нарезать крупными кусочками. Зелень вымыть, обсушить и порубить. Консервированные томаты откинуть на сито (сок собрать). Каждый томат разрезать на четыре части. Чеснок очистить и разделить на зубчики.

3. Подготовленные овощи сложить слоями в сотейник или равномерно разложить в порционные горшочки. Каждый слой овощей пересыпать рубленой зеленью, посолить и поперчить.

4. Полить овощи соком консервированных томатов и тушить на слабом огне под крышкой 25–30 мин. Подавать в горячем или в холодном виде, украсив зеленью.

Источник: burdastyle.ru