Kolmen paprikan relissi

Tarjoa pirteää paprika-sipulichutneyta grilli- ja jauheliharuokien kanssa.

|  |  |
| --- | --- |
| VALMISTELUT: 15 minuuttia+ 30 minuuttia maustumiseen  KYPSYMINEN: 5 minuuttia  Reilusti 9 dl relissiä | |
| 3 isoa | Paprikaa (vihreä, punainen ja keltainen) isoiksi paloiksi leikattuina ilman siemeniä ja maltoa |
| 1 pieni | Sipuli paloiteltuna |
| ½ dl | Valkoviinietikkaa |
| 2 rkl | Sokeria |
| ½ tl | Sellerinsiemeniä |
| 2 hyppysellistä | cayennenpippuria |
| 1. Pane kaikki ainekset teräskattilaan. Kuumenna kohtalaisella tulella, kunnes etikka alkaa kiehua. Sekoita hyvin, vähennä lämpöä, laita kansi päälle ja anna kypsyä, kunnes vihannekset ovat pehmenneet (2-3 minuuttia). 2. Nosta kattila tulelta ja anna relissin maustua huoneenlämmössä kannen alla ainakin ½ tuntia ennen tarjoamista. Voit myös laitaa relissin yöksi jääkaappiin. Säilyy tiiviissä astiassa viikon jääkaapissa. Sopii erittäin hyvin tarjottavaksi liharuokien kanssa. | |

|  |  |
| --- | --- |
| Ruokalusikallisessa : | |
| Kaloreita | 4 |
| Rasvaa yhteensä | 0 g |
| Tyydyttyneitä rasvahappoja | 0 g |
| Kolesterolia | 0 g |
| Proteiineja | 0 g |
| Hiilihydraatteja | 1 g |
| Natriumia | 0.5 mg |
| Kuituja | 0 g |
| Sokeria lisätty | 2 kcal |