



ZIEMNIAKI W STYLU ZERO WASTE

SKŁADNIKI:

Sos:

kości z piezonego mięsa, np. żeberka
obierki z warzyw
głęb kapusty
zwiędnięte zioła
3 cebule
przyprawy: ziele angielskie, liść laurowy, gwiazdka
anyżu
100 g przecieru pomidorowego

Dodatki:

4 ziemniaki do pieczenia
łodyga z brokołu
wędliny (mogą być obeschnięte)
obierki z marchewek
pieczone mięso
dymka
olej

PRZYGOTOWANIE:

1. Składniki na sos (z wyjątkiem przecieru pomidorowego) umieścić w garnku, zalać wodą i gotować na wolnym ogniu kilka godzin. W trakcie gotowania wywaru umieścić w metalowym sitku ziemniaki i ugotować je na parze (można podobnie zrobić z innymi warzywami, które chcemy wykorzystać w najbliższym czasie). Gdy wywar się zredukuje, odcedzić go. Do przecedzonego płynu dodać przecier pomidorowy i gotować jeszcze przez jakiś czas, aż sos się zagęści.
2. W czasie gdy wszystko się gotuje, przygotować dodatki. Obrac łodygę brokołu i zetrzeć ją na tarce o grubych oczkach. Wędliny podsmażyć na

ZIEMNIAKI W STYLU ZERO WASTE

- patelni, aż będą chrupiące. Obierki marchewki dokładnie osuszyć i usmażyć w głębokim oleju. Wyjąć, odcedzić na ręczniku papierowym, przyprawić solą i pieprzem. Mięso porwać na kawałki i podsmażyć na patelni. Dymkę posiekać.
3. Na głęboki talerz wyłożyć ziemniaka przekrojonego na krzyż. Do środka nałożyć dodatki, które wcześniej zostały przygotowane. Dookoła ziemniaka nalać po 2-3 łyżki sosu.