



#### Hozzávalók:

2 közepes vöröshagyma, 1 kg téli laskagomba, 2 közepes sárgarépa, 3 evőkanál olaj (lehet olíva is), 5 dkg vaj, só, őrölt fekete bors, 1 csokor petrezselyem, 20-20 dkg fagyasztott zöldborsó és kukorica, 4 dl főzőtejszín

1. A hagymát és a gombát megtisztítjuk, az előbbi finomra, az utóbbit kisujjni csíkokra vágjuk. A meghámozott répát félbe, ha vastagabb, akkor négybe vágjuk, és folszeleteljük.
2. Az olajat a vajjal együtt egy serpenyőben kissé megforrósítjuk, majd a hagymát ráadjuk, és kevergetve, közepes lángon 5-6 perc alatt megfonnyasztjuk. A gombát hozzáadjuk, megsózzuk, megborsozzuk, kevergetve 6-8 percig pirítjuk. Ekkor belerakjuk a répát a finomra vágott petrezselyemmel együtt, és újabb 6-8 percig pirítjuk.
3. Hozzáadjuk a fagyasztott borsót és kukoricát, 5-6 percig együtt pároljuk. A tejszínt ráöntjük, kevergetve 5-6 percig főzzük. Spagettivel vagy párolt rizzsel tálaljuk.

#### Jó tanács

- Az étel elkészíthető természetett csiperkegombából is.

#### Megjegyzés

-A gombáról részletesebben a konyhai kisokosban olvashat.

#### Fontos!

- A maga által szedett vagy ismerőstől kapott gombát minden esetben vizsgálta be gombaszakértővel!

6 főre

Elkészítési idő: 40 perc

## Vidám laskatokány - készítette Csigó János mesterszakács

Egy adag (köret nélkül): 457 kcal • fehérje: 9,4 gramm • zsír: 33,6 gramm • szénhidrát: 28,7 gramm • rost: 7,5 gramm • koleszterin: 92 milligramm