

## Овощное рагу с цветной капустой, грибами и спаржей.

### Вам понадобится:

- Цветная капуста – **300** г;
- Спаржа (мороженная или свежая) – **200** г;
- Грибы свежие шампиньоны – **200** г;
- Горошек консервированный – **3** ст. ложки;
- Зелень на выбор укроп, петрушка – **2-3** веточки;
- Соль и перец по вкусу;
- Растительное масло – **1-2** ст. ложки (для промазывания чаши мультиварки или сковороды).

### Как готовить:

1. Цветную капусту разделить на небольшие гроздья и промыть.
2. Грибы промыть, очистить шапки. Спаржу промыть и процедить на дуршлаге. Зелень промыть и измельчить ножом.
3. Консервированный горошек процедить.
4. Смешать цветную капусту, грибы и спаржу немного посолить поперчить.
5. Чашу мультиварки или сковороду промазать растительным маслом и высыпать смесь овощей.
6. Закрыть крышку и установить программу «ТУШЕНИЕ». Установить время приготовления – 15 минут.
7. За 5 минут до окончания программы нужно добавить нарезанную зелень и консервированный горошек и доготовить блюдо.
8. Если будете готовить рагу в сковороде, обязательно тушите овощи под крышкой на медленном огне. Время приготовления в сковородке такое же, как и в мультиварке 15 минут.



### Важно:

- ✓ В это блюдо можно добавить сметану (10-15% жирности) 1-2 ст. ложки.
- ✓ Для рагу лучше выбрать грибы небольших размеров и тушить их целенькими, тогда у вас блюдо получится сочнее и вкуснее.

*Приятного аппетита.*