

Перловка в томатном соусе

Многие знают о пользе круп. Из них можно готовить различные каши, которые помогают разнообразить наше меню. Перловка в томатном соусе из них



Сегодняшний вариант, как говорится, базовый. Но у нас не каждый день на столе пироги с пирожными.

#пища #перловка #томаты

Перловка в томатном соусе.

Ингредиенты:

Перловая крупа – 100 граммов

Томаты – 300 граммов

Томатная паста – 2 столовые ложки

Базилик сушёный – 1 столовая ложка

Соль – по вкусу



Перловка в томатном соусе.

Приготовление:

Перловку отварить. У нас была перловка в порционных пакетиках, она не требует предварительного замачивания. 35 минут в кипящей подсоленной воде – и крупа готова.

Пока варится перловка, надо подготовить томаты – очистить их от шкурки и нарезать маленькими кубиками.

Готовую перловку переложить в сковороду, смешать с томатной пастой. Добавить томаты, базилик и снова перемешать.

В сковороду с перловкой налить 100 миллилитров воды. Довести до кипения, через пару минут минут выключить огонь. Дать настояться под закрытой крышкой 20 минут.

Рецепт найден [здесь](#).



[Рассольник с солеными грибами и перловкой](#). Некоторые несознательные товарищи утверждают, что суп дескать это «мужская» пища. Обдумав и обсудив этот вопрос с наследником – соглашусь. Особенно про такой рассольник.

[Перловка с тыквой в мультиварке](#). Перловка с тыквой в мультиварке отличный вариант для быстрого обеда. Или офисного «коробочного» варианта. Сытно, вкусно и, как говорится, «по сезону».

[Ризотто, рисотто... Перлотто](#). Если вместо риса в рецепте ризотто использовать перловку что получается? Перлотто. На удивление удачное сочетание продуктов.

Оговорюсь, что любовь к перловке у меня проснулась всего несколько лет назад. Мужчины поймут ☐ Хотя некоторым, всю жизнь нравится. Это кому как повезло.

Я в [Моём мире](#), [Одноклассниках](#), [Фейсбуке](#), [Вконтакте](#), [Твиттере](#), [Гуглоплюсе](#), [Инстаграме](#).