

# Cartofii Prăjiți cu Ciuperci și Legume la Tigaie – Senzațional – Raiul pe pământ, nu alta!



Combinând cartofii prăjiți cu ingrediente precum ceapa, usturoiul, ardeii gras, ceapa verde și ciupercile, obții un preparat ideal pentru zilele de post. Acest preparat vegan nu doar că te satură, dar îți aduce și amintiri din copilărie. Cu un gust autentic, rețeta este exact ce ai nevoie!

## Cartofii Prăjiți cu Ciuperci



**0 rețetă de post rapidă și delicioasă: cartofii prăjiți cu ciuperci și legume la tigaie, ușor de preparat și extrem de savuroasă.**

- aprox. 1 kg cartofii, tăiați pai
- 500 g ciuperci Champignon
- 2 cepe medii/mari, tocate mărunt
- 1 ardei gras roșu
- 5 fire de ceapă verde, tăiate rondele
- 10 căței de usturoi
- 1 legătură pătrunjel proaspăt
- 1 legătură mărar proaspăt

- 1 linguriță de sare
- 1/2 linguriță piper
- 60 ml ulei de măsline sau floarea-soarelui
- 100 ml apă pentru înăbușit ceapa

1. Încălziți uleiul de măsline într-o cratiță, până când apar mici cerculețe pe suprafața acestuia (indică faptul că s-a încins).

2. Adăugați ciupercile tăiate în cratiță și lăsați-le până devin rumenii.



3. După ce ciupercile s-au rumenit, scoateți-le și puneți-le într-un bol separat.

4. În aceeași cratiță, adăugați ceapa tocată, sarea, piperul și trei sferturi din cantitatea de usturoi. Lăsați să se călească 2-3 minute.

5. Adăugați apă și cartofii tăiați în formă de pai. Lăsați să se gătească la foc moderat spre mic, verificând din când în când și adăugând apă dacă este necesar.



6. După jumătate de oră, când cartofii sunt aproape gătiți, adăugați ardeiul gras, restul de usturoi și ciupercile. Amestecați cu grijă.

7. Adăugați ceapa verde, mărarul și pătrunjelul. Amestecați și opriți focul.

8. Serviți alături de mămăligă.

