Faszerowana papryka wege

Elinka

Polecane na: **danie główne**

Kuchnia (region): **polska**

Warto wiedzieć:

30 min | łatwy | 1 porcja

Składniki:

- Papryka czerwona - 1 szt.
- Kasza jaglana - 70 g
- Brokuł - 100 g
- Pieczarki - 6 szt.
- Mała cebula - 1 szt.
- Masło - 1 łyżeczka
- Tymianek - szczypta
- Zioła prowansalskie - szczypta
- Pieprz biały - szczypta
- Papryka ostra - szczypta
- Papryka słodka - szczypta
- Sól - szczypta

Sposób przygotowania:

KROK 1: Kaszę jaglaną gotujemy zgodnie z instrukcją na opakowaniu, odcedzamy. Paprykę myjemy, kroimy na pół i wydrążamy.

KROK 2: Brokuł dzielimy na różyczki i gotujemy w lekko osolonej wodzie do miękkości, należy pilnować żeby nie był za bardzo rozgotowany. Odcedzamy.

KROK 3: Cebulkę kroimy szklimy na patelni na roztopionej łyżeczce masełka. Następnie dodajemy pokrojone pieczarki i dusimy do miękkości.

KROK 4: Brokuł kroimy drobno, dodajemy go do kaszy jaglanej, następnie dodajemy pieczarki i cebulkę. Doprawiamy przyprawami do smaku (tymianek, zioła prowansalskie , pieprz, sól, papryka ostra, papryka słodka)
Faszerujemy paprykę, przekładamy do naczynia żaroodpornego lub na blaszkę i zapiekamy w piekarniku w temp. 180-200 stopni przez 15-20 min. aż papryka będzie miękka a jej skórka ładnie zarumieniona.