Nadziewany bakłażan z kiełbaską sojową :)

Zdrowie na języku

Polecane na: **danie główne**

Warto wiedzieć:

60 min | łatwy | 2 porcje

Składniki:

- Bakłażan - 1 szt.
- Kiełbaski sojowe - 2 szt.
- Pomidor - 1 szt.
- Cebula - 1 szt.
- Świeża bazylia - kilka listków
- Mozzarella - 2 plaster
- Sól - do smaku
- Ulubione przyprawy - szczypta

Dodatkowe info:

Tak przygotowany bakłażan smakuje WYŚMIENICIE!!!! Jest idealny. Mięciutki, delikatny, po prostu rozpływa się w ustach. Żeby posiłek był bardziej pożywny nadziałam bakłażana kiełbaską sojową z papryką. Całe danie posypałam tartą mozzarellą, która nadała śmietanowego smaku. Było pysznie :)

Sposób przygotowania:

KROK 1: Bakłażany należy umyć i przekroić wzdłuż. Oprószyć solą i odstawić na 20 minut. Następnie za pomocą papierowego ręcznika ściągnąć kropelki z wierzchu warzywa, w ten sposób pozbywamy się gorzkiego smaku. Wyciąć delikatnie środek, uważając aby ie uszkodzić skórki. Pomidora sparzyć, obrać ze skórki i pokroić w plasterki. Cebulkę również pokroić w talarki. Kiełbaski naciąć i nadziać świeżymi listkami bazylii. Bakłażana przyprawić, nafaszerować i wstawić do nagrzanego piekarnika na 180* na 30 minut, 5 minut przed końcem pieczenia posypać tartą mozzarellą. Smacznego!

KROK 2: Wyciąć delikatnie środek, uważając aby ie uszkodzić skórki.

KROK 3: Pomidora sparzyć, obrać ze skórki i pokroić w plasterki. Cebulkę również pokroić w talarki. Kiełbaski naciąć i nadziać świeżymi listkami bazylii.

KROK 4: Bakłażana przyprawić, nafaszerować i wstawić do nagrzanego piekarnika na 180* na 30 minut, 5 minut przed końcem pieczenia posypać tartą mozzarellą. Smacznego!