Wege hot-dog z cukinii :)

Zdrowie na języku

Polecane na: **danie główne**

Warto wiedzieć:

60 min | łatwy | 1 porcja

Składniki:

Cukinia - 1/2 małej szt.
Kiełbaska/parówka sojowa - 1 szt.
Bazylia - kilka listków
Pomidorki koktajlowe - 2-3 szt.
Papryka - 1/4 szt.
Papryczka chilli - 1/4 szt.
Cebulka - 1/2 małej szt.
Olej - 1 łyżka

przyprawy: sól morska, pieprz ziołowy, pieprz prawdziwy, chilli, curry, zioła prowansalskie, oregano - szczypta
sól morska - szczypta
pieprz prawdziwy - szczypta
pieprz prawdziwy - szczypta
chilli - szczypta
curry - szczypta
zioła prowansalskie - szczypta
oregano - szczypta

Dodatkowe info:

Mięciutka, rozpływająca się w ustach "bułeczka", podpieczona, pachnąca bazylią "parówka" i aromatyczne dodatki w postaci warzywek i przypraw :) Pycha!

Sposób przygotowania:

KROK 1: Oczyścić cukinię, wydrążyć z niej środek. Zagotować wodę. Do wrzącej wody włożyć cukinię. Gotować do średniej miękkości.
UWAGA! Jeżeli cukinia jest młodziutka wystarczy ją jedynie lekko sparzyć ok. 5 minut. Moja cukinia niestety była już mocno dojrzała, dlatego musiałam ją gotować 15-20 minut. Zmiękczyć ją można również gotując na parze bądź piekąc w piekarniku. Należy wówczas co jakiś czas sprawdzić czy jest już miękka.

KROK 2: Pozostałe składniki pokroić. Cebulkę i papryczkę chilli drobno w kostkę, paprykę w paseczki, pomidorki koktajlowe na pół. Świeże listki bazylii powtykać w nacięcia w kiełbasce.

KROK 3: Nafaszerować cukinię przygotowanymi składnikami. Powiem tak - tyle ile wejdzie :D Starajcie się jak najwięcej, bo czym więcej warzywek tym zdrowiej :) Na końcu wlać do hot-doga łyżkę oleju.

KROK 4: Wstawić do nagrzanego na 180*C piekarnika na 20 minut. Pałaszować na ciepło :) Można podawać z własnoręcznym sosem pomidorowym (pomidory + zioła = zmiksować).