

Co na obiad: papryki faszerowane kaszą i mięsem wg Piotra Ogińskiego



DORADCA SMAKU



CZAS
PRZYGOTOWANIA
POWYŻEJ 1H



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

Papryki:

papryki	8 sztuk
boczek wędzony	16 plastrów

Na farsz:

cebula	1 sztuka
czosnek	2 ząbki
mielona wołowina	500 gramów
kasza gryczana niepalona	250 gramów
mozzarella	150 gramów
sól morska Prymat	do smaku
przyprawa do wołowiny	2 łyżeczki
pieprz biały mielony	1 łyżeczka
oregano	1 łyżeczka
oliwa	1-2 łyżki
mięta	6 liści
skórka z cytryny	z 1/2 owocu

Na sos:

passata pomidorowa	120 mililitrów
bulion	1 litr

liście laurowe	6 sztuk
gałązki rozmarynu	4 sztuki
cukier	1 łyżeczka
masło zimne	80 gramów
pieprz czarny mielony	do smaku
sól morską Prymat	do smaku
świeże listki bazylii	6 sztuk

Na włosy z pietruszki:

obierki z pietruszki	1 garść
olej	do smażenia

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Ugotuj kaszę.

Na rozgrzanym oleju zeszklij cebulę wraz z czosnkiem, a gdy ostygnie przełóż do miski, dodaj kaszę, wołowinę, miętę, przyprawę do wołowiny, pieprz i sól, liście mięty, pokrojoną mozzarellę, oregano, zetrzyj skórkę z cytryny i dokładnie wymieszaj.

Tak przygotowany farsz odstaw do lodówki na 15 minut. Paprykę przekrój u samej góry, tak by został kapelusz, wydrąż środek oraz wytnij wszystkie białe błonki. Tak przygotowaną paprykę wyłóż boczkiem, nadziej farszem, przykryj boczkiem oraz kapeluszem i przełóż do wysokiego naczynia żaroodpornego, do którego wlej bulion oraz passatę, dodaj liście laurowe wraz z rozmarynem, dokładnie przykryj i piecz przez 20 minut w temperaturze 200°C.

Soki z upieczonych papryk przelej na patelnię, zredukuj o połowę, dodaj cukier, pieprz sól oraz bazylię i energicznie mieszając wbij masło tak, by zagęścić sos. W tym samym czasie usmaż obierki z pietruszki na rozgrzanym oleju aż będą złote.

Papryki podawaj z sosem, chipsami z pietruszki oraz świeżym oregano.

Jeśli lubisz faszerowane warzywa, to koniecznie wypróbuj przepis na [cukinie nadziewane mięsem](#).