

Cukinia faszerowana mięsem mielonym



KATERINAJ



CZAS
PRZYGOTOWANIA
POWYŻEJ 1H



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

cukinia	2-3 sztuki
mięso mielone	0,5 kilograma
papryka czerwona	0,5 sztuki
pomidory krojone z puszki	1 puszka
cebula	1 sztuka
czosnek	2 ząbki
koncentrat pomidorowy	1 łyżeczka
ser żółty	150 gramów
Zioła prowansalskie suszone Prymat	do smaku
Sól morską jodowaną drobnoziarnista Prymat	do smaku
Pieprz czarny mielony Prymat	do smaku
olej	do smażenia

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

1. Cukinie umyć, przekroić wzdłuż na pół, wydrążyć i oprószyć solą. Cebulę obrać, pokroić w kostkę i podsmażyć na odrobinie oleju. Dodać mięso, przyprawy i paprykę pokrojoną w kostkę. Pod koniec smażenia dodać koncentrat pomidorowy, pomidory z puszki i czosnek przeciśnięty przez praskę.
2. Gotowym farszem napędzić cukinie, posypać tartym serem i wstawić do nagrzanego piekarnika do 200 stopni. Piec około 30-40 minut aż cukinia będzie miękka.