

Papryki faszerowane z parowaru (z kurczakiem i kuskusem):



BABCIAGRAMOLKA



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

**4 duże papryki (takich na ok. 10 cm wysokości i takim samym przekroju) ,2
średniej wielkości cebule,30 dag piersi z kurczaka,1**

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Mięso zmielić . Cebulę drobno pokroić i zeszklić na maśle. Kuskus zalać w miseczce wodą . Wymieszać mięso , cebulę , kuskus, jajko, koper, sól, pieprz- wyrabiając dokładnie. Z papryk ściąć góry z ogonkiem. Delikatnie usunąć gniazda nasienne tak by nie uszkodzić ścianek papryk .Ze ściętych wierzchów wykroić małym nożykiem zielony środek , tak by powstała obręcz. Papryki nadziać farszem . Przykryć wierzchami. Ułożyć w wysokim pojemniku parowaru .Ustawić go jako drugi od dołu. Nastawić parowar na 30 minut i tyle gotować papryki.

Ładnie wygląda jeśli użyje się różnokolorowych papryk (np. żółte i czerwone, lub zielone)
Osobno podać sos pomidorowy lub koperkowy.