

Zapiekane leczy



AIDA



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
5+

SKŁADNIKI

mięsa mielonego, wieprzowo-wołowego	500 g
cukinia	2 szt.
marchew	2 szt.
cebula biała	1 szt.
cebula czerwona	1 szt.
zębki posiekanego czosnku	do smaku
ryż	2 torebki
pomidory bez skórki krojone z puszki	2 puszki
sól	do smaku
pieprz	do smaku
Papryka ostra mielona Prymat	do smaku
Papryka słodka mielona Prymat	do smaku
olej do smażenia	trochę
masło do smarowania formy	trochę
papryka żółta	1 szt.
papryka czerwona	1 szt.

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Ryż gotujemy wg przepisu;

Na patelni rozgrzewamy trochę oleju i podsmażamy pokrojoną drobno cebulkę i przeciśnięte ząbki czosnku, dodajemy mięso. Dusimy aż mięso się zetnie.

W międzyczasie marchew trzemy na tarce na dużych oczkach, cukinie kroimy na plasterki (lub półplasterki), paprykę na małe kawałki.

Dodajemy do mięsa wszystkie warzywa oraz pomidory, jeśli sos jest za gęsty można podlać rosół, ale ja radzę poczekać aż warzywa puszczą swoje soki :)

Doprawiamy do smaku (najlepiej na ostro) i chwilę dusimy.

Naczynie żaroodporne smarujemy masłem, układamy cały ryż. Na wierzch kładziemy farsz warzywno-mięsny i posypujemy obficie startym żółtym serem.

Piekarnik ustawiamy na 180 stopni; pieczemy około 40 minut