

Zapiekane parówki z farszem



AGNIESZKA175



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

parówki	16 szt
Zioła prowansalskie suszone Prymat	2, 10 ząbki, dgk
Czosnek suszony Prymat	2, 10 ząbki, dgk
Sól morska jodowana drobnoziarnista Prymat	2, 10 ząbki, dgk
Pieprz czarny mielony Prymat	2, 10 ząbki, dgk
parmezan	2, 10 ząbki, dgk
ketchup	2, 10 ząbki, dgk
cukinia	2 łyżki
pomidor	2 łyżki
papryka	2 łyżki
cebula	2 łyżki
olej	2 łyżki

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Pomidory sparzamy, zdejmujemy skórkę. Cukinie i paprykę myjemy i osuszamy. Z papryki usuwamy gniazdo nasienne. Cebulę i czosnek obieramy. Czosnek przeciskamy przez praskę, pozostałe warzywa kroimy w małą kostkę. Na patelni rozgrzewamy 2 łyżki oleju i smażymy warzywa 3 min. Zestawiamy z ognia, doprawiamy do smaku solą, pieprzem i ziołami. Nieco studzimy i mieszamy z parmezanem. Żaroodporne naczynie smarujemy pozostałym olejem. Z parówek zdejmujemy osłonki, nacinamy wzdłuż i układamy w naczyniu. W nacięcia wkładamy farsz. Całość zapiekamy ok. 15 min. w piekarniku rozgrzanym do temperatury 180. podajemy z keczukiem.