

Talianske plnené cukety

Počet porcií: 4

Čas prípravy: 45 minút

Bez lepku

Postup prípravy

Rúru prehrejeme na 160 °C. Najemno nakrájame cibuľu a cesnak. Doslávime ich osmažíme na oleji. Pridáme nadrobno nakrájane papriky. 4 stredne veľké cukety pozdĺžne rozkrojíme a vydlabeme lyžicou. Od kraja necháme 1 cm cukety. Vnútro cukiet nakrájame najemno a pridáme do paprikovej zmesi. Všetko spoločne restujeme, pridáme čierne korenie, soľ a provensálske korenie. Lečo alebo bolonskú omáčku zmiešame s paprikovou zmesou. Zmesou naplníme cukety a dáme na 30 minút do rúry. Jogurt zmiešame s nasekanými lístkami bazalky a ochutíme soľou a čiernym korením. Baklažán na tanieri pokvapkáme olejom a servírujeme s jogurtom a bazalkou. Bageta ako príloha.

Ingrediencie

- **Zorba smotanový jogurt biely 1 kg** - 400 g
- **Cibuľa voľná** - 160 g
- **Cuketa** - 160 g
- **Paprika červená** - 50 g
- **Paprika zelená** - 50 g
- **Cesnak** - 3 g
- **Bazalka čerstvá** - 5 g
- **Olivový olej** - 20 g
- **Pitná voda nesýtená** - 400 g
- **Mleté čierne korenie** - 4 g
- **Provensálske byliny** - 4 g
- **Zeleninové lečo** - 300 g
- **Jedlá soľ** - 5 g

VYTVORENÉ PROSTREDNÍCTVO

CELIATICA.SK

VÁŠ ZOZNAM ONLINE

