

Paprikový kuskus so syrom

Počet porcií: 2

Čas prípravy: 35 minút

Bez lepku

Postup prípravy

Kuskus nasypeme do misky a prilejeme 2 lyžice oleja, ktoré pomocou vidličky vmiešame do kuskusu. V hrnci privedieme do varu 250 ml vody, ktorú osolíme. Odstavíme, vsypeme kuskus a miešame, kým sa nevsiakne všetka voda. Kuskus prikryjeme pokrievkou a necháme 2 minúty odležať. Vrátime späť na platňu, pridáme lyžicu masla a prehrievame za stáleho miešania 3 minúty.

Kuskus by mal zostať sypký. Cibuľku očistíme a nakrájame na drobné kúsky. Osmažíme ju na lyžici oleja, pridáme na kocky nakrájané papriky a orestujeme. Pridáme zelený hrášok, pokvapkáme sójovou omáčkou a stále miešame. Nakoniec pridáme ligurček a krátko prehrejeme. K zelenine vsypeme pripravený kuskus, premiešame a prehrejeme. Paprikový kuskus rozdelíme na nahriate tanieri a posypeme nastrúhaným ementálom.

Ingrediencie

- **Paprika červená** - 120 g
- **Paprika zelená** - 60 g
- **Cibuľka jarná** - 40 g
- **Olivový olej** - 30 g
- **Pitná voda nesýtená** - 250 g
- **Sterilizovaný hrášok** - 60 g
- **Maslo** - 10 g
- **Ligurček** - 5 g
- **Kuskus** - 250 g
- **Švajčiarsky ementál 45%** - 60 g
- **Jedlá soľ** - 5 g

VYTVORENÉ PROSTREDNÍCTVO

CELIATICA.SK

VÁŠ ZOZNAM ONLINE

