

Cukiniowe łódeczki z nadzieniem wieprzowo-wołowym

Skład:

250g wieprzowiny (np. łopatki) lub wołowiny
2 średnie cukinie
1 cebula
1 ząbek czosnku
3 duże mięsiste pomidory
125g mozzarella
szczypta: ziół prowansalskich, soli, pieprzu
2 łyżki oliwy do smażenia

Dzielo:

Cukinie umyte przekrój wzdłuż na dwie połowy. Środek wydrąż łyżeczką, tak by powstały łódeczki. Pomidory sparz, obierz ze skórki, przekrój na pół i usuń pestki. Pozostały miąższ pokrój w kostkę. Cebulę obierz, pokrój w kostkę i usmaż na oliwie. Dodaj mielone mięso i smaż do zbrązowienia, następnie dodaj wyciśnięty czosnek i pomidory. Wymieszaj, dopraw solą, pieprzem i ziołami. Smaż, aż płyn się zredukuje, a sos mięsny będzie dość gęsty. Gotowe mięso przełóż do wydrążonej cukini, przykryj plastrami mozarelli. Poukładaj na blaszce lekko natłuszczonej oliwą. Wstaw do piekarnika rozgrzanego do 200°C i zapiekaj około 15-20 min., a ser się roztopi.

Podawaj na gorąco.

wykonała grupa 2 z klasy II TŻiUG



Cukiniowe łódeczki z nadzieniem z kurczaka

Skład:

1 filet z kurczaka
4 średnie cukinie
1 cebula
1 ząbek czosnku
1 czerwona papryka
kawałek sera edamskiego
szczypta: soli, pieprzu
1 jajko
kostka rosółowa

Dzielo:

Filet z kurczaka pokroić w kostkę. Cukinie wydrążyć za pomocą łyżki. Usmażyć posiekaną cebulę i czosnek, wydrążone środki cukinii, dodać kurczaka, doprawić solą i pieprzem. Pod sam koniec, kiedy kurczak jest miękki dodać pokrojoną paprykę i chwilę dusić. Kiedy masa wystygnie dodać jajko i dokładnie wymieszać. Nadziewać wydrążone cukinie. Naczynie do zapiekania napełnić bulionem i włożyć cukinie. Wstawić do nagrzanego piekarnika i piec około 30 min. 10 min. przed końcem posypać serem utartym do rozpuszczenia.

Podaj na gorąco.

wykonała grupa 2 z klasy II TŻiUG



Faszerowana papryka

Skład:

1 woreczek ryżu
2 łyżki oleju
1 cebula drobno posiekana
2 ząbki czosnku drobno posiekane
300 g mielonej karkówki/szynki
szczypta: soli, pieprzu, ostrej papryki
1 łyżeczka słodkiej papryki
4 sztuki papryki pomidorowej
3 łyżki natki
25 dag edamskiego otartego

Dzielo:

Ryż gotujemy *ardente*. Piekarnik rozgrzewamy do 175°C. Cebulę oraz czosnek smażymy na oleju. Dodajemy mięso i zarumieniamy. Doprawiamy do smaku. Mieszamy ryż z mięsem, cebulą, natką i połową sera. Z papryk odcinamy górę, wycinamy starannie gniazda nasienne. Faszerujemy i posypujemy serem. Układamy w naczyniu żaroodpornym i na dnie wlewamy odrobinę wody. Pieczemy około 30 min.

Podaj na gorąco.

wykonata grupa 2 z klasy II TŻiUG



