



Пълнени чушки и домати с ориз и тиквички

⌚ 60–70 Минути 

Подготовка

Съставки за 6 Порции

♦ = Kotányi Produkte

3 бр.	Чушки, големи
3 бр.	Домати, големи
1 бр.	Тиквичка
1 бр.	Лук
2 с.л.	Кедрови ядки
3 стръка	Магданоз
2 скилидки	Чесън
250 g	Ориз
750 ml	Зеленчуков бульон
3 с.л.	♦ Микс домати и билки
	♦ Морска сол
	♦ Черен пипер на зърна
	Пармезан
	Зехтин

- 1 Нарежете на ситно тиквичката и лука. Запържете в дълбок тиган или тенджерата с малко зехтин. Добавете скилидките чесън, нарязани на ситно.
- 2 Запържете ориза при зеленчуците за кратко и залейте с бульона. Оставете да ври около 15 минути – ориза трябва да е почти готов.

СЪВЕТ: Разбърквайте ориза често, за да не заепне по дъното на тенджерата.

- 3 През това време издълбайте доматиите и почистете чушките от семките. Загрейте фурната на 180°C предварително.
- 4 Нарежете магданоза на ситно и добавете към ориза, заедно с подправките. Махнете от котлона и напълнете чушките и доматиите с ориза. Сложете в тава и покрийте с алуминиево фолио. Опечете за 30 минути, след това махнете фолиото и печете още 10 минути.
- 5 Сервирайте с поръсен пармезан по желание.

