

# Faszerowany bakłażan



Autor: **kasiag33**  
Przepisów: 5 Ocena: 107

 3-4 os.  60 min  łatwe  tanie

## Składniki:

- bakłażan 2 szt
- cukinia 2 szt
- papryka czerwona 2 szt
- papryka zielona 1 szt
- papryczka chili (połowa)
- cebula 1 szt
- pieczarki 10 szt
- 2 torebki brązowego ryżu

## Sposób przygotowania:

- 1 Nastawiłam brązowy ryż (30 minut) bakłażana przeciełam wzdłuż, wydrążyłam i obficie posoliłam i też odstawiłam na 30 minut. (część bakłażana z pestkami usunęłam, część bez pestek zachowałam jako nadzienie)
- 2 Paprykę pokroiłam w małą kostkę i lekko poddusiłam. Dodałam pokrojone w kostkę pozostałe składniki (między innymi wydrążoną część bakłażana). Uduśiłam al dente.
- 3 W naczyniu żaroodpornym posmarowanym olejem zapiekłam samego bakłażana (opłukanego z soli) ok 15 minut w 180 stopniach C.
- 4 Ugotowany ryż połączyłam z warzywami i nadziałam bakłażany. Piekłam 30 minut w w/w temperaturze.
- 5 Opcjonalnie można dodać: sparzone i obrane ze skóry pomidory, pierś kury albo indyka podsmażoną, ser żółty starty.

## Twoje notatki do przepisu: