

Кабачки и перец, фаршированные грибами



- 🕒 **Время:**
- 🍴 **Сложность:** простой
- 🍳 **Способ:** варка
- 📅 **Сезон:** круглый год
- 🍴 **Назначение:** горячее блюдо

Ингредиенты

- Кабачки - 6 шт. небольшие, сантиметров 10
- Перец - 4 шт.
- Грибы - 300 гр. маленькие белые
- Круглый рис - 4 ст. л.
- Красное вино - 1 бокал
- Помидоры - 3 шт., натертые на терке
- Томатная паста 1 ст.л.
- Сладко-горячий перец - 1/2 чайной ложки
- Лук - 2 шт.
- Чеснок - 2 зубчика
- Оливковое масло - 1 чашка чая
- Укроп - петрушка
- Мята - 1 столовая ложка, свежая или сушеная
- Соль - черный перец

КАК ПРИГОТОВИТЬ

Шаг 1. Кабачок разрежьте пополам, удалите мякоть и отложите в сторону. Срежьте перец сверху, удалите косточки и оставьте шляпку. Грибы протрите или очистите от кожуры и нарежьте небольшими ломтиками. Рис выложите в миску с грибами.

Шаг 2. Очистите лук и чеснок и натрите их на терке. Помидоры натрите на терке. Налейте половину оливкового масла в глубокую сковороду и дайте подгореть. Добавьте лук, чеснок и перемешивайте несколько минут. Добавьте грибы с рисом и слегка обжарьте. Добавьте

томатную пасту, перемешайте и гасите красным вином. Добавьте немного воды и дайте закипеть около 10 минут. Посолите, всыпьте зелень, перемешайте и снимите с огня.

Шаг 3. Начинайте фаршировать перцы и кабачки. Наполнив их, поместите в широкую кастрюлю вертикально. Добавьте к ним оставшиеся крошки цуккини и оставшееся оливковое масло. Поставьте кастрюлю на сильный огонь, добавьте тертые помидоры, горячую воду (1 стакан воды и еще немного) и доведите до кипения. Убавьте огонь и варите до готовности.

Шаг 4. Время от времени обращайтесь внимание на то, нужно ли больше воды, при необходимости добавляйте соль и перец.

 Источник: www.chefoulis.gr