

SLOŽENÍ

1 balení Garden Gourmet Sensational mleté
6 paprik
1 červená paprika
1 bílá cibule
3 stroužky česneku
400 gramů konzervovaných fazolí
400 gramů konzervovaných rajčat
100 gramů rýže
čerstvá petržel
sůl a pepř



STŘEDNĚ POKROČILÍ

Vytvořte si vlastní veganskou rodinku strašidelných paprik! Vyberte si barvy paprik, naplňte je směsí z Garden Gourmet Sensational mletého, česneku, rajčat, fazolí a rýže a oživte tyto lahodné strašidelné papriky! Jejich příprava je rychlá a papriky zaručeně překvapí a zaujmou nejen vaše děti na každé Halloweenském setkání!

PŘÍPRAVA

1. UVAŘTE RÝŽI

Rýži uvaříme podle pokynů na obalu a necháme ji odkapat.

2. NAKRÁJEJTE CIBULI, ČESNEK A PAPRIKU

Bílou cibuli nakrájíme najemno. Stejně tak česnek a jednu červenou papriku.

3. ORESTUJTE CIBULI S ČESNEKEM

Cibuli a česnek podusíme asi 3 minuty.

4. PŘIDEJTE "MLETÉ MASO" A OPEČTE DO ZLATOVA

Přidáme Garden Gourmet Sensational mleté a opékáme několik minut do zlatova.

5. NA PÁNEV PŘIDEJTE FAZOLE, RAJČATA A PAPRIKU A DOCHUŤTE

Do směsi přidáme fazole, krájená rajčata a červenou papriku, dochutíme solí a pepřem. Vše necháme 15 minut vařit.

6. PŘEDEHŘEJTE TROUBU

Troubu přehřejeme na 200°C

7. PAPRIKÁM VYTVOŘTE STRAŠIDELNÉ TVÁŘE

Z paprik, které máme připravené k naplnění, odřízneme vršek, který poslouží jako víčko. Středy vydlabeme a nožem do nich vyřežeme strašidelné tváře.

9. DO SMĚSY PŘIDEJTE RÝŽI

Do hotové omáčky přidáme rýži a jemně ji promícháme.

10. PAPRIKY NAPLNĚTE

Pomocí lžice naplníme všechny vydlabané papriky rajčatovou směsí a každou naplněnou papriku přiklopíme odřezaným vrškem papriky.

11. NAPLNĚNÉ PAPRIKY DEJTE PÉČT

Plněné papriky vyskládáme na plech a vložíme do trouby. Pečeme asi 15 minut, dokud nejsou papriky dobře upečené.

12. OZDOBTE A PODÁVEJTE!

Ozdobíme čerstvou petrželkou a ihned podáváme!

NEJDĚTE VÍCE RECEPTŮ NA [GARDENGOURMET.CZ](https://gardengourmet.cz)