

## Cannelloni z kaszą jaglaną i warzywami



## Składniki

1/2 szklanka - Kasza  
jagana  
2 łyżka - Przecier  
pomidorowy  
250 g - Pieczarki  
1 szt. - Cebula  
1 szt. - Cukinia  
3 szt. - ząbki czosnku  
2 garść - różyczki brokuła  
700 ml - Passata  
pomidorowa  
sól, pieprz  
1 łyżka - sos sojowy  
1 łyżeczka - Papryka  
wędzona  
3/4 łyżeczka - Papryka  
ostra

## Opis wykonania

Roślinna wariacja na temat Cannelloni. Wypakowana po brzegi bardzo zdrową kaszą jaglaną i miksem warzyw - cebulki, pieczarek, cukinii, brokuła.

Kaszę ugotować do miękkości w szklance wody.

Wszystkie warzywa pokroić w kostkę. Na patelni podsmażyć na początku pokrojony czosnek i cebulę, następnie po około 2 min. dodać cukinię i pieczarki, smażyć ok. 5 min. Do warzyw dodać ugotowaną kaszę i brokuły. Doprawić do smaku.

W oddzielnym garnku zrobić sos. Wlać passate, dodać przecier, sos sojowy i resztę przypraw, zagotować. Faszerować makaron.

Na spód naczynia wlać trochę sosu, następnie układać faszerowany makaron, połączyć resztą sosu. Piec w naczyniu żaroodpornym w piekarniku rozgrzanym do 200 stopni przez 30 min.