

Pomidory nadziewane orzechami laskowymi, komosą ryżową i
świeżym tymiankiem



Składniki

4 szt. - pomidory
150 g - komosa ryżowa
1 szt. - biała cebula
50 g - orzechy laskowe
2 łyżka - świeży tymianek
2 łyżka - oliwa z chilli

Opis wykonania

Słodkie pomidory, chrupiące orzechy, cudowna komosa ryżowa i aromatyczny tymianek. Raj dla zmysłów. Danie dobre na wszystko!

Kaszę quinoa ugotować w podwójnej ilości wody, aż wchłonie cały płyn. Orzechy posiekać na mniejsze kawałki, po czym podprażyć na suchej patelni, aż zaczną pachnieć. Uważać, by się nie spaliły. Zdjąć z patelni. Następnie na ostrej oliwie usmażyć pokrojoną w drobną kostkę cebulę. Lekko posolić. Dodać kaszę i orzechy. Pomidory umyć i odciąć im wierzch. Przy pomocy łyżeczki wydrążyć środek. Posiekać go drobno i wraz z sokiem dodać na patelnię. Przyprawić tymiankiem i solą do smaku. Tak przygotowanym farszem nadziewać pomidory. Można podawać od razu lub na zimno.