

# Faszerowana papryka



## Składniki

czerwone papryki (po ok.  
200 g)  
mała cebula  
200 g - zielonej papryki  
1 łyżka - oleju  
200 g - gotowanego ryżu  
200 g - kukurydzy (1 mała  
puszka)  
100 g - oryginalnej  
greckiej fety  
2 łyżka - siekanej natki  
pietruszki  
sól  
pieprz  
papryka mielona

## Opis wykonania

Czerwone papryki z farszem jarzynowo-ryżowym.

Czerwoną paprykę umyć, odciąć końce i usunąć nasiona. Obrać cebulę i drobno posiekać. Zieloną paprykę umyć i pociąć w bardzo drobną kostkę. Cebulę i kostki papryki włożyć do formy, zalać olejem. Nałożyć pokrywkę i zagotować w podany sposób. Dodać ryż, kukurydzę, rozkruszoną fetę oraz natkę pietruszki i wymieszać. Doprawić do smaku solą, pieprzem i papryką w proszku. Wydrążone papryki napełnić mieszaniną jarzynowo-ryżową nałożyć końce papryki. Ustawić w szklanej formie i gotować w podany sposób. Sposób nastawiania: Zagotowanie warzyw: mikrofalówka 600 w, 5 minut. Gotowanie papryki: mikrofalówka 600 W, ok. 20 minut.