

Pečené kulaté cukety s kuskusem

Kategorie: [Pokrmy](#)

Autor: Monyszek



Suroviny

- Kulatá cuketa 4 ks
- Sůl 1 špetka
- Mletý pepř 1 špetka
- Olivový olej 3 lžíce
- Bylinkové máslo 4 lžíce
- Šalotka 2 ks
- Česnek 2 stroužek
- Červená paprika 1 ks
- Vařený květák 0.75 ks
- Chilli paprička 1 ks
- Kuskus 200 g
- Zeleninový vývar 4 dl
- Nasekaná zelená petrželka 1 ks

Doba přípravy: 45 min

Obtížnost: Středně obtížné

Způsob přípravy: Pečení

Zařazení: Oběd

Země: Česká republika

Postup:

1. Cukety omyjeme, odřízneme z nich vršky a ze spodních částí vydlabeme lžící dužninu, kterou nasekáme nadrobno a odložíme. Cukety uvnitř osolíme, opepříme, zakapeme olivovým olejem a do každé cukety vložíme lžičku bylinkového másla. Cukety rozložíme i s odříznutými vršky na plech s papírem na pečení a pečeme v troubě vyhřáté na 180°C asi 20 minut.

2. Olivový olej rozežřejeme na pánvi. Přidáme nadrobno nakrájené šalotky a česnek, papriku nakrájenou na drobné nudličky, nasekaný vnitřek cuket, nadrobno nakrájený vařený květák a na nudličky nakrájenou chilli papričku zbavenou semínek a vše orestujeme. Směs osolíme, opepříme, vmícháme kuskus, zalijeme vroucím zeleninovým vývarem, pánev zakryjeme, odstavíme a necháme 10 minut odpočinout. Pak směs promícháme s petrželkou.

3. Kuskusovou směs naplníme do připravených cuket, zakryjeme je pečenými vršky cuket a ihned podáváme.