

Cukinia z kaszą i orzechami

Co kupić?

- 1 czerwona cebula
- 4 cukinie
- 100g ricotty
- 200g kaszy gryczanej
- garść orzechów włoskich
- garść orzechów pekan
- garść orzeszków piniowych
- garść suszonej żurawiny
- pestki granatu
- natka koperku
- natka pietruszki

Jak przygotować?

1. Cukinie przekrój i wydrąż za pomocą małej łyżeczki.
2. Kaszę ugotuj na sypko, wymieszaj z podprażonymi i posiekanymi orzechami, cebulą, pietruszką, granatem.
3. Kaszą wypełnij cukinie, dodaj pokruszoną ricottę.
4. Zapiekaj około 25 minut w temperaturze 180 stopni.
5. Ozdabiaj żurawiną i koperkiem.