

## PRZEPISY FIT&EASY



### NADZIEWANA PAPRYKA

#### Przygotowanie:

Paprykę otworzyć od góry wyjmując gniazdo nasienne i pestki. Kuskus przygotować wg instrukcji na opakowaniu. Masło rozgrzać na patelni, dodać zmiądzony czosnek i posiekaną cebulę. Następnie dodać liście jarmużu. Smażyć na patelni do czasu, aż liście nieco przeschną. Zdjąć z gazu i dodać kuskus. Doprawić ziołami i dobrze wymieszać, po czym nadziać paprykę. Piec w piekarniku przez 20 min.

#### Składniki:

Jarmuż Fit&Easy  
Czerwona papryka – 1 duża szt.  
Kasza kuskus pełnoziarnista  
Cebula  
Czosnek  
Masło klarowane  
Zioła prowansalskie