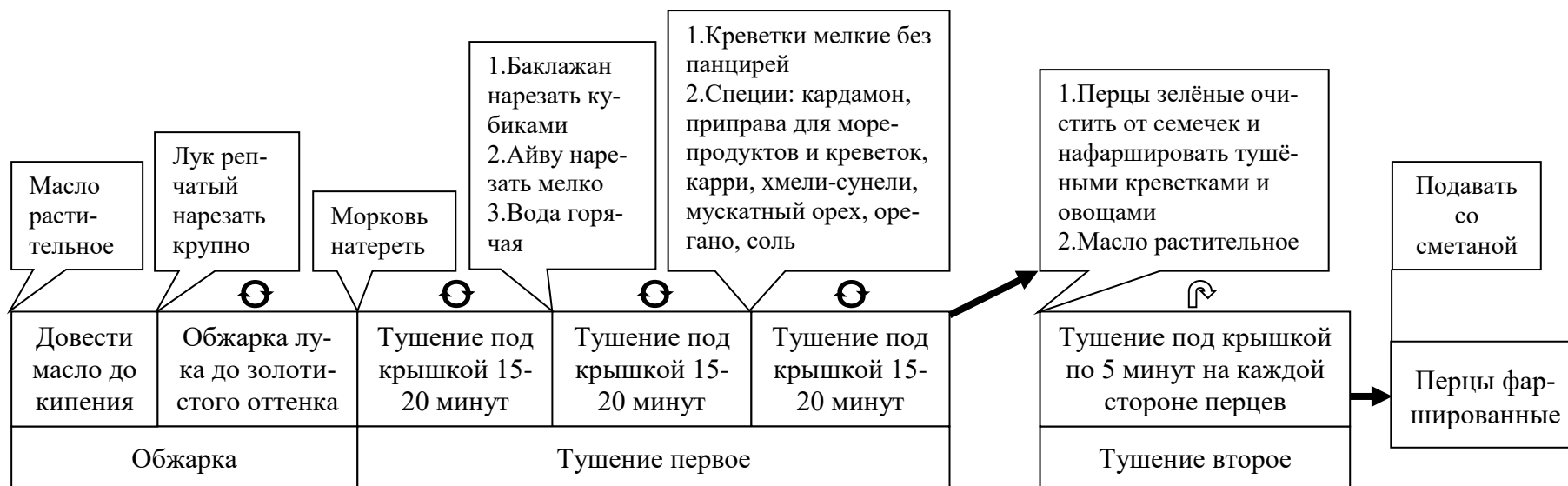


Перец зелёный, фаршированный креветками и баклажанами "Вкусняшка" (Хурс С.П. - 14.03.2015)



⦿ - перемешать ↺ - перевернуть

1. Креветки мелкие без панцирей – 1 кг
2. Морковь 4-5 шт.
3. Лук репчатый – 6-7 шт.
4. Баклажаны – 3-4 шт.
5. Перец зелёный – 18-20 шт.
6. Масло растительное
7. Сметана – по вкусу
8. Кардамон
9. Приправа для морепродуктов и креветок
10. Карри
11. Хмели-сунели
12. Мускатный орех
13. Орегано
14. Соль – 1 ст. ложка
15. Вода горячая



Перец зелёный, фаршированный креветками и баклажанами "Вкусняшка"



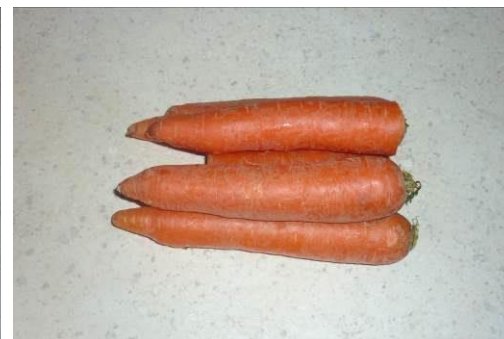
1. Размораживаем и промываем креветки



2. Берём лук репчатый



3. Чистим и режем лук репчатый



4. Берём морковь



5. Чистим и натираем морковь на мелкой тёрке



6. Берём баклажаны



7. Режем баклажаны кубиками



8. Берём айву



9. Режем айву мелко



10. Берём перцы зелёные



11. Вычищаем перцы зелёные от семечек



12. Берём масло растительное

Перец зелёный, фаршированный креветками и баклажанами "Вкусняшка"



13. Берём сметану



14. Составляем пропорции специй



15. Наливаем масло растительное в казан и греем до закипания



16. Кладём лук репчатый в кипящее масло



17. Перемешиваем



18. Обжариваем лук до золотистого оттенка



19. Кладём морковь в казан



20. Перемешиваем лук и морковь



21. Тушим лук и морковь под крышкой на малом огне



22. Кладём баклажаны в казан



23. Кладём айву в казан



24. Перемешиваем содержимое казана, можно добавить немного горячей воды

Перец зелёный, фаршированный креветками и баклажанами "Вкусняшка"



25. Тушим овощи под крышкой на малом огне



26. Периодически перемешиваем содержимое казана



27. Кладём креветки мелкие без панцирей в казан



28. Кладём специи в казан



29. Перемешиваем содержимое казана



30. Увеличиваем огонь и тушим без крышки, периодически перемешивая



31. По готовности овощей и креветок отключаем огонь



32. Отделяем лишнюю жидкость и фаршируем перцы



33. Кладём фаршированные перцы в сковороду и поливаем раст. маслом



34. Тушим фаршированные перцы под крышкой на малом огне



35. Обжариваем фаршированные перцы со второй стороны



36. Оставшаяся заправка позволяет нафаршировать ещё 9-10 перцев