



Ingredience

- NIKAL Chilli sin Carne
- NIKAL Harmonie s chilli a paprikou
- NIKAL Omega-3 olej s rozmarýnem
- 1 větvička rozmarýnu
- 1 chilli paprička (dle chuti)
- 4 červené papriky
- 100 g goudy nebo eidamu

Všechny produkty NIKAL si objednejte v teple Vašeho domova na internetu nebo telefonicky.

NIKAL specialista na omáčky, polévky a koření
Kotkova 710/3
669 02 Znojmo

Bezplatný telefon 800 16 66 16
Fax 515 291 055
Online www.nikal.cz
E-Mail nikal@nikal.cz

Všechny ostatní ingredience nakoupíte ve Vašem oblíbeném obchodě.

Plněné pečené papriky s Chilli sin Carne



Recept pro 4 osoby



Příprava trvá cca 35 minut

Příprava:

Troubu předehřejeme na 190 °C při horním/spodním ohřevu (170 °C horkovzduch).

Nejdříve otrháme jednotlivé lístky z větvičky rozmarýnu a nasekáme je, volitelně můžeme přidat i 1 chilli papričku a taky ji najemno nasekáme.

Do 1 litru vody vmícháme 225 g **NIKAL Chilli sin Carne** a 5 minut povaříme. Dochutíme 1 PL **NIKAL Harmonií s chilli a paprikou**, nasekaným tymiánem a chilli papričkou (dle chuti).

4 červené papriky podélně rozpůlíme, očistíme od semínek a naplníme chilli směsí. Plněné papriky dáme do zapékací mísy nebo do 4 zapékacích forem. Pokapeme je 2 PL **NIKAL Omega-3 oleje s rozmarýnem** a posypeme 100 g strouhaného sýru gouda nebo eidamu.

V troubě pečeme 15 - 20 minut a ihned servírujeme.

Tip: Skvěle se k tomu hodí chlebová placka.

Nutriční hodnoty na jednu porci: 13,3 g tuk • 38,6 g sacharidy • 19,7 g bílkoviny
18,7 g vlákniny • Energetická hodnota 384 kcal