



Tekst i zdjęcie: **SleepyDog** - Kucharz (760)

Kalmary faszerowane ryżem

Jako maniak owoców morza - polecam

Składniki:

- natka pietruszki, 1 szt.
- ryż , 40 g
- pieczarka, 50 g
- cebula, 80 g
- kalmar, 200 g

Sposób przygotowania:

W osolonej wodzie ugotować kalmary i odcedzić. Ugotować ryż. Cebulę i pieczarki pokroić i dusić na rozgrzanym tłuszczu. Dodać ryż i drobno pokrojoną natkę pietruszki, wymieszać, przyprawić do smaku. Farszem nadziewać tuszki kalmarów. Przygotować sos beszamelowy Zalać tuszki sosem i zapiekać w piekarniku przez 10-15min.

