



Tekst i zdjęcie: **klaudiszja** - Szef Kuchni (905)

Kuskus z pieczarkami

Przepis na dwie porcje, jedna porcja 95 kcal.

Czas przygotowania: do 30 min

Stopień trudności: Łatwe

Pora dnia: Obiad

Sposób przygotowania: gotowane

Liczba porcji: dwie

Składniki:

- natka pietruszki, 1 łyżk.
- papryka czerwona, 1 szt.
- oliwa z oliwek, 2 łyżk.
- groszek zielony, 1 szkl.
- cebula, 1 szt.
- pieczarka, 25 dag
- kasza kuskus , 1 szkl.

Sposób przygotowania:

Groszek wrzucić do osolonego wrzątku i ugotować. Oczyszczone i umyte pieczarki pokroić w plasterki, włożyć na mocno rozgrzaną patelnię z grubym dnem (bez tłuszczu). Gdy grzyby odparują, dodać oliwę i zrumienić je. Osobno podsmażyć cebulę na łyżce oliwy. Ugotować kuskus w wodzie (wg przepisu na opakowaniu). Gdy kasza wchłonie wodę, dodać pieczarki, groszek i cebulę. Podgrzewać razem kilka minut na bardzo małym ogniu, cały czas mieszając widelcem.

