

## 421. RECEPT- ORIENTALSKA PAPRIKA

Sestavine za 2 osebi :

- 1 čajna žlička bučnih semen
- 120 g kuskusa
- 160 ml zelenjavne jušne osnove
- 1/2 čajne žličke kurkume
- koriander (kardamom)
- 1 čajna žlička lanenih semen
- 30 g indijskih oreščkov (ali sončničnih semen)
- ca. 3 jedilne žlice rozin
- 50 g puste skute
- 1/2 čebule
- 1 strok česna
- 1 jedilna žlica sončničnega olja
- 2 papriki (srednje veliki)
- 1/8 l paradižnikove omake
- vejica timijana

Postopek:

Za orientalsko papriko v ponvi brez maščobe popečemo bučna semena.

Kuskus prelijemo z vrelo zelenjavno juho. Pustimo stati 4 minute. Nato primešamo kurkumo, koriander, kardamom, lanena semena, indijske oreščke, rozine in pražena bučna semena.

Pusto skuto zmešamo s čebulo in česnom, ki smo ju na malo nasekljali in popražili na olju.

Tudi to vmešamo v maso kuskusa. Stroke paprike po dolžini razpolovimo, odstranimo semena. Polovičke napolnimo z mešanico kuskusa. Dobro potlačimo. Paprike damo v pekač ter pečemo 15 minut pri 180 stopinjah. Dodamo paradižnikovo omako in vejico timijana in pečemo nadaljnjih 15 minut. Orientalsko papriko okrasimo z nekaj paradižnikove omake in takoj postrežemo.