

# Zapečené plněné papriky



**Obtížnost:** ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 30min  
Celkový čas: 50min , Porce: 4

**1060** kalorií , **0 g** cukrů , **0 g** tuků , **14 g** bílkovin

**Autor:** sonizna

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/zapecene-plnene-papriky>

## Příprava

Rýži uvaříme podle návodu a necháme vychladnout. Smícháme ji se strouhaným sýrem a slitou kukuřicí. Papriky přepůlíme a zbavíme semínek, osolíme a naplníme směsí. Shora ještě osolíme, opeříme a zakápneme olejem.

Pečeme 15 minut na 200 °C. Podáváme posypané jarní cibulkou.

### ▣ Tip k receptu

Pokud neseženeme bulharský sýr kaškaval, můžeme použít třeba goudu či eidam.

## Ingredience

- 4 ks papriky (kapie)
- 1 hrnek kukuřice
- 1 ks jarní cibulky
- 1 hrnek dlouhozrnné rýže
- 1 lžička soli
- 7 g pepře
- 2 ml olivového oleje
- 300 g sýru kaškaval

## Kategorie

Obyčejný den, Bulharská, Bezlepková, Vegetariánská, Celoročně, Finančně nenáročná, Zelenina, Hlavní chod

