

Žampiony zapečené s kuskusem

Počet porcí: 4

Doba přípravy: 35 minut

Bez lepku

Postup přípravy

Žampiony (12 ks) očistíme a oddělíme nohy od kloboučků. Podle potřeby je nakrájíme, kloboučky necháme celé. Na oleji zpěníme nakrájenou cibuli a 2 stroužky česneku. Přidáme sójovou omáčku, víno, žampiony a přikryté dusíme asi 10 minut. Poté žampiony vyjmeme tak, aby tekutina odkapala zpět do pánve. Omáčku si schováme. Vodu přivedeme k varu spolu s kostkou zeleninového bujónu. Do vroucího vývaru vsypeme kuskus a necháme cca 5 – 10 minut za občasného promíchání nabobtnat. Poté vložíme kuskus do pánve s omáčkou ze žampionů, přikryjeme a vaříme, dokud se tekutina neztratí. Pak jej smícháme s bylinkami, nožičkami ze žampionů a parmezánem. Lehce osolíme a opepříme kloboučky žampionů. Naplníme je směsí z kuskusu. Žampiony plněné kuskusem pečeme asi 10 minut v troubě, až náplň na vršku lehce zhnědne.

Ingredience

- **Cibule volná** - 40 g
- **Česnek** - 2 g
- **Jedlá sůl** - 4 g
- **Petrželová nať** - 4 g
- **Bazalka čerstvá** - 3 g
- **Olivový olej** - 30 g
- **Chardonnay pozdní sběr víno polosuché bílé 0,75 l** - 200 g
- **Žampion zahradní 500 g** - 200 g
- **Parmazán 100 g** - 100 g
- **Pitná voda nesycená** - 500 g
- **Pepř černý mletý 20 g** - 3 g
- **ARAX Kuskus kukuřičný 320 g** - 250 g
- **Bez lepku Sójová omáčka 160 ml** - 10 g
- **Bez lepku Zeleninový bujón 56 g** - 10 g

VYTVOŘENO PROSTŘEDNICTVÍM

CELIATICA.CZ

VÁŠ SEZNAM ONLINE

