

## Papryki faszerowane kaszą bulgur i warzywami z labneh

Papryki faszerowane to bardzo prosty przepis na pyszny i zdrowy obiad pełen warzyw. Bliskowschodniej nuty nadadzą daniu kasza bulgur i harissa oraz ser labneh!

### SKŁADNIKI

- 3-4 duże papryki
- ½ szklanki kaszy bulgur
- 1 bakłażan
- ½ szklanki brązowej soczewicy
- 2 łyżki passaty pomidorowej
- 1 cebula
- oliwa z oliwek
- 2 łyżeczki harissy Jasmeen
- 1 łyżeczka kuminu
- 1 łyżeczka kolendry
- sól i pieprz do smaku
- 1 kostka sera feta
- 200-300 g labneh Jasmeen
- sok z ½ cytryny
- 1 ząbek czosnku
- ulubione świeże zioła



### Sposób przygotowania:

W osobnych garnkach, w osolonej wodzie gotujemy soczewicę i kaszę bulgur. Następnie na patelni lekko podsmażamy cebulę posiekaną w drobną kostkę, a w dalszej kolejności podsmażamy bakłażana pokrojonego w kostkę. Wszystkie składniki: soczewicę, kaszę bulgur, cebulę, bakłażana, pastę pomidorową, harissę i przyprawy: kumin, kolendrę, sól i pieprz. Całość delikatnie podsmażamy na patelni. Papryki myjemy i przekrajamy na pół, następnie obficie nadziewamy i posypujemy pokruszonym serem feta. Pieczemy 30 minut w 180 stopniach. Kiedy papryka się piecze, przygotowujemy sos z labneh. Mieszamy labneh, sok z cytryny, drobno posiekane zioła i przeciśnięty przez praskę czosnek. Całość doprawiamy do smaku solą i pieprzem. Smacznego!