

Μοναδικά γεμιστά με κοτόπουλο

60 ΛΕΠΤΑ

- 320γρ. κοτόπουλο Nutri Valley
- 6 πιπεριές χρωματιστές
- 3 κούπες βρασμένο πλιγούρι
- 2 καρότα
- 2 σκ. σκόρδο
- 30 γρ. τριμμένο τυρί
- ζωμός λαχανικών για το πλιγούρι
- 1 ποτηράκι για το ταψί μαιντανός αλάτι πιπέρι

1. Βράζουμε το πλιγούρι σε ζωμό λαχανικών σύμφωνα με τις οδηγίες της συσκευασίας.
2. Πλένουμε και κόβουμε στη μέση κατά μήκος τις πιπεριές, ψιλοκόβουμε τα καρότα, τον μαιντανό & το σκόρδο.
3. Τοποθετούμε τις πιπεριές σε ταψί, μόλις βράσει το πλιγούρι ρίχνουμε μέσα το κοτόπουλο, τα καρότα, τον μισό μαιντανό και το σκόρδο κι ανακατεύουμε.
4. Γεμίζουμε τις πιπεριές με το μείγμα ρίχνουμε και λίγο ζωμό στο ταψί σκεπάζουμε με αλουμινόχαρτο και ψήνουμε στους 180-200 για 50-60'.
5. Ξεσκεπάζουμε 15 λεπτά πριν ολοκληρωθεί το ψήσιμο αν θέλετε ρίξτε και λίγο τυράκι από πάνω.

60 ΛΕΠΤΑ

- 6 πιπεριές χρωματιστές
- 2 κονσέρβες κοτόπουλο Nutri Valley
- 3 κούπες βρασμένο πλιγούρι
- 2 καρότα
- 2 σκ. σκόρδο
- 30 γρ. τριμμένο τυρί
- ζωμός λαχανικών για το πλιγούρι
- 1 ποτηράκι για το ταψί μαιντανός αλάτι πιπέρι

1. Βράζουμε το πλιγούρι σε ζωμό λαχανικών σύμφωνα με τις οδηγίες της συσκευασίας.

2. Πλένουμε και κόβουμε στη μέση κατά μήκος τις πιπεριές, φιλοκόβουμε τα καρότα, τον μαιντανό & το σκόρδο.
3. Τοποθετούμε τις πιπεριές σε ταψί, μόλις βράσει το πλιγούρι ρίχνουμε μέσα το κοτόπουλο, τα καρότα, τον μισό μαιντανό και το σκόρδο κι ανακατεύουμε.
4. Γεμίζουμε τις πιπεριές με το μείγμα ρίχνουμε και λίγο ζωμό στο ταψί σκεπάζουμε με αλουμινόχαρτο και ψήνουμε στους 180-200 για 50-60'.
5. Ξεσκεπάζουμε 15 λεπτά πριν ολοκληρωθεί το ψήσιμο αν θέλετε ρίξτε και λίγο τυράκι από πάνω.

Ζυμαρικά με πέστο κόκκινης πιπεριάς και κοτόπουλο

Χρόνος ψησίματος: 20 λεπτά

Συνολικός χρόνος: 20 λεπτά



Συστατικά

- 500γρ. Πλεξούδες ζυμαρικά
- 300γρ. Ψημένες πιπεριές Φλωρίνης
- 1 σκελίδα σκόρδο

- Βασιλικό
- 2 κονσέρβες κοτόπουλο σε ελαιόλαδο Nutrivalley
- Αλάτι-Πιπέρι
- Ελαιόλαδο

Βήματα

1. Βράζουμε τα ζυμαρικά να είναι al dente.
2. Παράλληλα σε ένα μπλέντερ προσθέτουμε τις ψητές πιπεριές (βρίσκεις έτοιμες σε βαζάκι) , τη σκελίδα σκόρδο, ελαιόλαδο, αλάτι και πιπέρι.
3. Χτυπάμε μέχρι να γίνει ένα το μείγμα σαν κρέμα. Προσθέτουμε μέσα τον ψιλοκομμένο βασιλικό κι ανακατεύουμε μαζί με τα μακαρόνια.
4. Τέλος προσθέτουμε το έτοιμο κοτόπουλο κι ανακατεύουμε να ενωθούν μεταξύ τους.

Εκτύπωση

Αυτό ήταν χρειάζεσαι μόνο ένα βαθύ πιάτο για φουλ απόλαυση!