


Lignje punjene kus-kusom

 NAČIN PRIPREME
Jednostavna priprema

 VRIJEME PRIPREME
60 min

 BROJ PORCIJA
2

Sastojci

500 g velikih lignji
1 šalica kus-kusa
1 žlica nasjeckanog vlasca
3 žlice nasjeckanog peršinovog lista
1 češnjak
1 manja crvena papričica
sok 1 limuna
sol
papar
maslinovo ulje

Nutritivne vrijednosti

Skeniraj za prikaz na web stranici



Kus-kus prelijte vrelom posoljenom vodom, tako da ga bude oko 1 cm preko kus-kusa. Dodajte limunov sok i žlicu maslinovog ulja pa ostavite 10 minuta.

U odstajali kus-kus dodajte nasjeckani češnjak, papričicu, vlasac i peršin. Sve posolite, popaprite, dodajte još malo maslinovog ulja i dobro promiješajte.

Napunite lignje smjesom od kus-kusa i stavite u lim, nakapajte lignje maslinovim uljem te pecite 30 - 40 minuta na 180 °C. Tijekom pečenja jelo možete prekriti folijom.