Punjene tikvice sa pirincem i piletinom



težina: **lako**

za: **2** osoba

vreme pripreme: **120** min

Sastojci

Potrebno je:

- **1/2 šolje** integralnog pirinca
- **200 g**pileceg belog mesa
- **1 mlada**tikvica
- **1**paradajz
- **1**krastavac
- **malo**svežeg peršuna

Od zacina:

- **po ukusu**soli
- **1 kašicica**karija
- **1/3 kašicice**kurkume
- **1/3 kašicice**bibera

Priprema

Pirinac oprati i staviti da se kuva. Kada voda pocne da kljuca, zameniti vodu i pustiti da se kuva dok pirinac ne omekša i potpuno ne bude skuvan. U posebnoj šerpici skuvati pilece belo meso.

Kada se pirinac i meso skuvaju, pirinac ocediti od viška vode, a meso usitniti. Tikvicu preseci uzdužno na pola i izdubiti. Polovinu izdubljenog dela dodati pirincu sa mesom. Sve izmešati i dodati biber, kari, kurkumu i so po ukusu. Zatim dodati i saseckani peršun. Ovom smesom napuniti tikvice.

Preko napunjenih tikvica poreati naizmenicno saseckani paradajz i krastavac.

Za to vreme zagrejati rernu na 200 C i kada završite sa reanjem staviti da se pece.

Peci sve dok tikvica ne omekša i povrce na vrhu se zapece.

Kada se ispece izvaditi, sacekati da se malo prohladi pa poslužiti.

Posuti sa malo svežeg peršuna....

Savet

Jako ukusan i zdrav nain za pripremu tikvica :)