

# Полнети домати на медитерански начин

Да бидеме поотворени за нови искуства. Со секојдневните намирници да подготвиме несекојдневни оброци.

## Потребни состојки:

- 8 домати
- 400 г печурки
- 2 чаши варена киноа (амарант, просо, по желба)
- 2 пиперки
- $\frac{1}{4}$  чаша варена пченка
- 1 помал кромид
- 2 чешниња лук
- $\frac{1}{2}$  коцка за супа
- 50 г кашкавал
- моцарела
- сол
- црн бибер

## Начин на подготвување:

Се отсекува горниот дел на домати, се вади внатрешноста, се посолуваат и се оставаат да постојат. Печурките, пиперките кромидот и лукот се пропржуваат посебно. Се соединуваат заедно и се додава коцка од супа растворена во 50мл. вода, сол и црн бибер. Кога течноста ќе испари се додава и кашкавалот и се трга од оган.

Се додава и варената киноа и пченката и се заедно се меша. Со смесата се полнат домати, на крајот на секој догат се става парче моцарела и се ставаат 20 минути во загреана рерна на 175 °C.