

# Kasza gryczana z warzywami i fetą



Autor: **mimiwiki**  
Przepisów: **573** Ocena: **16576**



1-2 os.



30 min



łatwe



tanie



## Składniki:

- 40 g kaszy gryczanej
- 100 g cukinii
- 100 g czerwonej papryki
- 70 g sera feta
- 1 łyżka oliwy z oliwek
- 1 łyżeczka tymianku
- 1 łyżeczka słodkiej papryki
- sól

## Sposób przygotowania:

- 1 Kaszę gotujemy w osolonej wodzie zgodnie z przepisem na opakowaniu. Cukinię kroimy w półplasterki, paprykę w kostkę i grillujemy na patelni grillowej na łyżce oliwy (lekko solimy cukinię). Fetę kroimy w kosteczkę. Odcedzamy kaszę i gorącą mieszamy z warzywami, przyprawami i serem. Smacznego :)

Przepis na 1 porcję obiadową - 440 kcal  
Doskonale smakuje też w formie sałatki na zimno :)

Więcej przepisów na fit blogu [Moje Kuchenne Rewelacje](#) :)



Twoje notatki do przepisu: