

Вчера приобрела себе пароварку и сразу решила использовать ее по назначению, а именно, приготовила *"лодочки" из кабачков с курино-овощной начинкой*. Пароварку я присматривала давно, но купить все не решалась, не могла определиться с тем, нужна ли она мне или будет просто занимать место на кухне. Потом долго думала какого производителя выбрать: все же хотелось, чтобы материалы, из которых была изготовлена пароварка, были качественными и безопасными.

В итоге, потратив уйму времени, я нашла для себя оптимальное сочетание цена-качество и [купила пароварку Tefal](#), а именно Tefal Inventis VC 1017. Чем же мне понравилась данная модель? 1) Произведена известной фирмой; 2) Корпус и паровые корзины изготовлены из металла, а не пластика; 3) Понравился дизайн и то, что пароварка сделана по принципу "ничего лишнего", все просто и понятно даже без инструкций; 4) Приятно удивила цена. Сейчас я даже и не сомневаюсь, что пароварка - необходимая вещь на кухне любой хозяйки. Кроме самого главного преимущества - приготовления вкусной и здоровой пищи, пароварка прилично экономит время. Поставили блюдо, включили таймер и забыли о нем, звуковой сигнал даст вам знать, что все готово.

Свою пароварку я покупала в обычном магазине, а тем, кто любит делать покупки через интернет, я рекомендую посмотреть данный [каталог от tefal](#), в котором вы найдете различную бытовую технику этой известной фирмы. На этом о пароварках все, перейдем к процессу приготовления "лодочек".



Ингредиенты:

Для приготовления данного блюда вам потребуется: 150 гр. курицы, 1 кабачок, 1 помидор, 1 морковь, 1 луковица, сыр Кастелло (можно любой другой – на ваш вкус), соль, перец по вкусу.



Пошаговое приготовление:

1. Кабачок разрежьте на две равные части.



2. С помощью ложки или ножа выньте сердцевину.



3. Нарезьте сердцевину на мелкие кубики



4. Мелко нарежьте лук



5. На мелкие кубики нарежьте помидор.



6. Мелко нарежьте морковь.



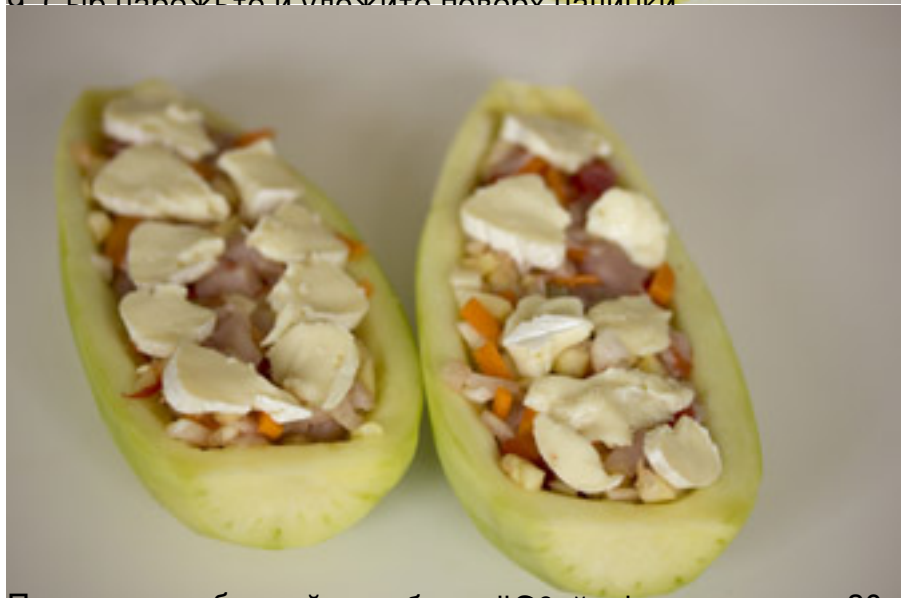
7. Все перемешайте, посолите, поперчите (можете добавить любимые специи).



8. Заполните начинкой "лодочки".



9. Сыр нарежьте и уложите поверх начинки



[Блюдо можно подавать горячим или холодным](#) [Вариант приготовления в мультиварке](#) [Вариант приготовления в духовке](#) [Вариант приготовления в пароварке](#)