

## Фаршированные зеленые помидоры



На 100 грамм:  
Калорийность: **14.19 ккал.**  
Белки: **0.75 г.**  
Жиры: **0.12 г.**  
Углеводы: **2.7 г.**

Время приготовления: **1 час**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/farshirovannye-zelenye-pomidory/>

### Ингредиенты:

- помидоры (зеленые или бурые) – 4 кг
- петрушка – 3 пучка
- перец острый – 1 шт
- луковица – 1 шт
- вода – 3 л
- соль – 6 ст. л
- чеснок – 1 головка
- морковь крупная – 2 шт
- сельдерей листовой – 3 пучка

### Приготовление:

Морковь и лук очистить. Морковь натереть на крупной терке, лук порезать тонкими полукольцами. Перец вымыть и нарезать тонкими колечками. Чеснок очистить и мелко порубить. Петрушку и сельдерей вымыть, обсушить и измельчить. Смешать все овощи, чуть присолить. Помидоры вымыть, сделать на каждом глубокий надрез, поместить в него подготовленную начинку.

Плотно уложить плоды в кадку или другую посуду.

Вскипятить воду с солью и залить помидоры. Оставить при комнатной температуре на 2-3 дня. Помидоры должны поменять цвет на более темный и стать мягкими. Переставить на хранение в прохладное место.