

Dip z cukinii



Autor: **BEATA1978**
Przepisów: **799** Ocena: **49720**

5-6 os. 30 min łatwe tanie



Składniki:

- cukinia 1/2 szt (u mnie został wykorzystany miąższ z wydrążenia jednej cukinii)
- cebula 1/2 szt
- chili w proszku około 1/2 łyżeczki (ale płaskiej)
- jogurt naturalny 350 g
- słodka czerwona papryka w proszku
- sól, pieprz czarny mielony

Sposób przygotowania:

- 1 Rozdrobnione warzywa z dodatkiem chili włożyć do rondelka i smażyć bez dodatku tłuszczu. Nim cukinia puści sok, aby rondel się nie przypalił, warzywa należy podlać jedną łyżką wody. Całość smażyć do momentu całkowitego zredukowania wody, soków warzywnych (chwile to potrwa). Następnie warzywa przestudzić i zblendować. Masę warzywną wymieszać z jogurtem, doprawić solą, pieprzem oraz słodką czerwoną papryką w proszku, która nada całości delikatny odcień czerwieni.

Smacznego.



Twoje notatki do przepisu: