

# Kasza gryczana z dynią i suszonymi pomidorami

Autor: **ErJot**Przepisów: **606** Ocena: **4820**

1-2 os.



30 min



łatwe



przystępne



## Składniki:

- dynia 1/2 średniej szt
- suszone pomidory 1/2 słoika /10-15 szt/
- kasza gryczana 2 woreczki
- sól do smaku
- pieprz cytrynowy do smaku
- suszona bazylija do smaku
- chili do smaku
- oliwa z suszonych pomidorów

## Sposób przygotowania:

- 1 Dynię oczyszczamy z miękkiej części z pestkami i obieramy ze skóry, kroimy w kostkę. Blaszkę wykładamy papierem do pieczenia, układamy pokrojoną dynię, skrapiamy oliwą z suszonych pomidorów /lub zwykłą/ i oprószamy przyprawami /powinna być lekko pikantna/. Wstawiamy do piekarnika nagrzanego do 180-190 stopni C i pieczemy do miękkości - u mnie było to 45 min ale wszystko zależy od wielkości kawałków i gatunku dyni.  
Kaszę gryczaną /ja wybrałam prażoną/gotujemy w osolonym wrzątku zgodnie z przepisem na opakowaniu i odsączamy.  
Suszone pomidory odsączamy i kroimy w paski lub kostkę.  
Porcje kaszy gryczanej układamy na talerzu, na niej kawałki pieczonej dyni i pokrojone pomidory. Całość skrapiamy oliwą pozostałą po pieczeniu dyni lub z oliwy po suszonych pomidorach.  
Sałatkę możemy podawać lekko ciepłą lub na zimno.

## Twoje notatki do przepisu: