

POMAZÁNKA Z PEČENÉ DÝNĚ

Cizrnový hummus je klasikou, ke které se stále ráda vracím, ale vyzkoušeli jste už hummus z pečené dýně či cukety? Pokud vám chuťově sedne, tak máte o další svačinku a rychlou pomazánku vystaráno!

SUROVINY NA 500 G POMAZÁNKY:

- 500 g dýně hokkaido
- 6 PL tahini
- 2-3 stroužky česneku
- šťáva z 1 citronu
- olej nebo ghí na pečení
- 1/2 PL mletého kmínu
- 1/2 PL provensálského koření
- 1/2 ČL soli
- špetka mletého chilli
- na ozdobu: 4 PL olivového oleje, černý pepř, mletý kmín

POSTUP PŘÍPRAVY:

- Předehřejeme si troubu na 190°C
- Hokkaido vyjadřincujeme a nasekáme na cca 5 cm kousky, dáme na plech, zakápneme olejem či pomažeme ghí, osolíme trochou shoyu a solí, okořeníme kmínem a provensálským kořením a dáme péct do změknutí (cca 30 min)
- pečenou dýni rozmixujeme v mixéru či robotu s tahini, citrónovou šťávou, chilli a necháme chvíli stát (pro propojení chutí). Pokud je konzistence moc hustá, přidáme trochu vody či shoyu.
- servírujeme s kváskovým chlebem, tousty, tortille. Dip se hodí i jako příloha na talíři k hlavnímu jídlu (ala dýňové pyré)