Tekvicové pyré

27. 10. 2021

Recept je vhodný pre: 2. fáza, 3. fáza

ingrediencie na 1 porciu

- 100 g tekvice Hokkaido (zbavenej semienok)
- 70 g cukety
- soľ
- čierne korenie
- muškátový oriešok
- olivový olej

postup prípravy

Tekvicu pokrájame na rovnako veľké dieliky a pripravíme buď varením v osolenej vode alebo pečením. Pečením bude mať tekvica jemnejšiu chuť. Pokiaľ sa rozhodneme pre pečenie, vložíme dieliky tekvice potretej olivovým olejom na plechu do rozpálenej rúry na 180 °C. Pečieme do mäkka. Tekvica hokkaido sa nemusí lúpať, ostatné, ako napríklad maslovú, radšej ošúpte. Cuketu ošúpeme, zbavíme semien a uvaríme v osolenej vode. Uvarenú či upečenú tekvicu a cuketu dajte do mixovacej nádoby a tyčovým mixérom rozmixujte. Pridajte lyžičku oleja, soľ, čierne korenie a štipku muškátového orieška.