Baklažánová nátierka

10. 5. 2022

Baklažán je stredomorská zelenina, ktorá si v našich kuchyniach už dávno našla svoje miesto. Jeho neutrálna chuť umožňuje široké využitie. Je vhodný na pečenie, vyprážanie i grilovanie. Vyskúšajte našu baklažánovú nátierku. Výborne chutí s chlebom, chrumkavými minibagetkami alebo žemlou Prodietix.

Čo na to potrebujeme:

- *1 menší baklažán*
- *2 strúčiky cesnaku*
- *100 g nízkotučného tvarohu*
- *1 lyžica citrónovej šťavy*
- *hrsť čerstvej bazalky*
- *soľ*
- *čierne korenie*

Ako na to:

Rúru zohrejte na teplotu 180 °C. Baklažán poprepichujte na niekoľkých miestach vidličkou. Zabránite tak tomu, aby v rúre vplyvom tepla vybuchol. Následne ho spolu so strúčikmi cesnaku zabaľte do alobalu a pečte v rozohriatej rúre 45 - 50 minút. Po vybratí z rúry ho nechajte vychladnúť. Po vychladnutí ho rozdeľte na polovice, vydlabte dužinu a spolu s pečeným cesnakom zbaveným šupky ho rozmixujte do hladka. Pridajte tvaroh, citrónovú šťavu a dochuťte soľou a čiernym korením. Nakoniec primiešajte čerstvú bazalku.