



NALEŚNIKI Z PIECZONYMI warzywami i sosem tahini

40 MINUT

6

WEGETARIAŃSKIE

ŁATWE

SKŁADNIKI

CIASTO

- 1 ¼ szklanki mąki pszennej
- 2 jajka
- 1 szklanka mleka roślinnego
- 1 szklanka wody gazowanej
- szczypta soli
- 3 łyżki oliwy z oliwek Jasmineen
- 1-2 łyżeczki za'ataru Jasmineen

FARSZ

- 1 cukinia
- 1 bakłażan
- 1 czerwona papryka
- 1 czerwona cebula
- sól do smaku
- 2 łyżki melasy z granatów Jasmineen
- szczypta chili
- oliwa z oliwek Jasmineen

SOS

- ½ szklanki tahini Jasmineen
- ½ szklanki wody
- sok z ½ cytryny
- 1 ząbek czosnku
- 1 pęczek natki z pietruszki

Naleśniki z pieczonymi warzywami i sosem tahini

Naleśniki uwielbiają wszyscy! Ich słodka wersja z owocami, melasą, tahini czy czekoladą jest idealna na śniadanie lub podwieczorek. Tym, którzy preferują wytrawne dania, proponujemy naleśniki z pieczonymi warzywami i sosem tahini (przepis przygotowany przez naszą ambasadorkę Samar Kanafer).

Zaczynamy od przygotowania ciasta naleśnikowego. W wysokim naczyniu blendujemy: mąkę, jajka, mleko, wodę, sól, za'atar i oliwę z oliwek. Ciasto odstawiamy na 15 minut.

W międzyczasie na patelni z rozgrzaną oliwą z oliwek podsmażamy pokrojone warzywa. Delikatnie je solimy i po 5 minutach dodajemy cebulę pokrojoną w piórka, przykrywamy i dusimy na małym ogniu przez kolejne 5 minut. Pod koniec duszenia dodajemy melasę z granatów i ponownie zwiększamy ogień na 1-2 minuty.

Smażymy naleśniki. W międzyczasie mieszamy tahini, wodę, sok z cytryny, przeciśnięty przez praskę czosnek i drobno posiekaną natkę z pietruszki. Całość mieszamy na gładki sos.

Naleśniki zawijamy z warzywnym farszem i polewamy obficie sosem tahini.

Smacznego!

← zobacz wcześniejszy przepis



Strona korzysta z plików cookie w celu realizacji usług zgodnie z [Polityką Prywatności](#)

Rozumiem

POLITYKA PRYWATNOŚCI

LEVANT.PL

SKLEP.SMACZNEGO.PL

Strona korzysta z plików cookie w celu realizacji usług zgodnie z [Polityką Prywatności](#)

Rozumiem