

Doradca Smaku XIV: Bakłażan nadziewany pomidorami i fetą, odc. 35



DORADCA SMAKU



CZAS
PRZYGOTOWANIA
1H



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

bakłażan	2 sztuki
oliwa	5 łyżek
czosnek	1 ząbek
cebula	1 sztuka
pomidory malinowe	2 sztuki
oliwki czarne Smak	5 sztuk
oliwki zielone Smak	10 sztuk
świeża kolendra	1 pęczek
przecier pomidorowy	3 łyżeczki
ser feta	100 gramów
Sól himalajska Prymat w młynku	do smaku
Kmin rzymski mielony Prymat	do smaku
Papryka węgierska słodka mielona Prymat	do smaku
Oregano suszone Prymat	do smaku

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

- 1.** Bakłażana przekrajamy na pół. Miąższ nacinaamy w szachownicę, uważając, by nie przeciąć skóry, solimy i za pomocą pędzelka obficie smarujemy oliwą. Na koniec oprószamy kminem rzymskim.
- 2.** Tak przygotowanego bakłażana układamy na blaszce z papierem do pieczenia. Pieczemy w temperaturze 180 stopni Celsjusza z termoobiegiem. Czas pieczenia to 45 minut. Gdy bakłażan się piecze, możemy przygotować farsz.
- 3.** Czosnek zgniatamy nożem i kroimy w plastry, cebulę w kostkę. Pomidorów nie musimy obierać ze skórki, kroimy je w drobną kostkę. Siekamy oliwki oraz kolendrę.
- 4.** W dużym rondlu podgrzewamy pozostałą część oliwy, ok. 2 łyżek. Wrzucamy czosnek, cebulę i mieszając, podsmażamy minutę. Następnie dodajemy przecier pomidorowy i pomidory. Ponownie mieszamy przez minutę i zawartość rondla doprawiamy papryką węgierską.
- 5.** Po chwili dodajemy oliwki, kolendrę, doprawiamy solą himalajską i mieszając, gotujemy jeszcze chwilę.
- 6.** Połówki bakłażana wyjmujemy z piekarnika. Łyżką wydrążamy miąższ, uważając, by nie uszkodzić skórki. Upieczony miąższ siekamy drobno i dodajemy do rondla z farszem.
- 7.** Wymieszanym farszem nadziewamy bakłażany.
- 8.** Ser feta trzemy na dużych oczkach tarki i układamy go na bakłażanach, a następnie posypujemy oregano.
- 9.** Nadziewane bakłażany wkładamy do piekarnika nagrzanego do 180 stopni Celsjusza na ok. 15 minut - do czasu, aż ser się zapiecze.