

POMAZÁNKY DO MRKVIČEK Z LISTOVÉHO TĚSTA



Řepová pomazánka: červená řepa (uvařená), sojanéza, sůl, pepř

Uvařenou řepu oloupeme a nastrouháme. Smícháme se sojanézou, solí a pepřem dle chuti.

Avokádová pomazánka: avokádo, česnek, sůl, pepř, bazalka, šťáva z čerstvého citronu (dle chuti)

Avokádo rozkrojíme, vyndáme pecku, lžící vydlabeme dužinu, kterou spolu s bazalkou a česnekem rozmixujeme. Dochutíme solí, pepřem a šťávou z citronu.

Pomazánka z pečené mrkve: mrkev, olivový olej, rostlinné mléko, šťáva z čerstvého citronu, kmín, sůl, pepř, chilli, uzená paprika, popř. další koření dle chuti

Troubu předehřejeme na 200° C. Mrkev nakrájíme na cca 2 cm tlustá kolečka. Na plechu pokapeme olejem, promícháme a dáme péct. Po cca 30 minutách, až bude mrkev měkká s nahnědlými okraji, ji vyndáme a necháme vychladit. Rozmixujeme společně s trochou mléka (přidáváme podle toho jakou chceme mít konzistenci) a kořením.