

Töltött batáta Tandori fűszeres csicseriborsóval és guacamoléval

1	70	4
Nehézség	Perc	fő

Allergének:



Hozzávalók

batátahoz

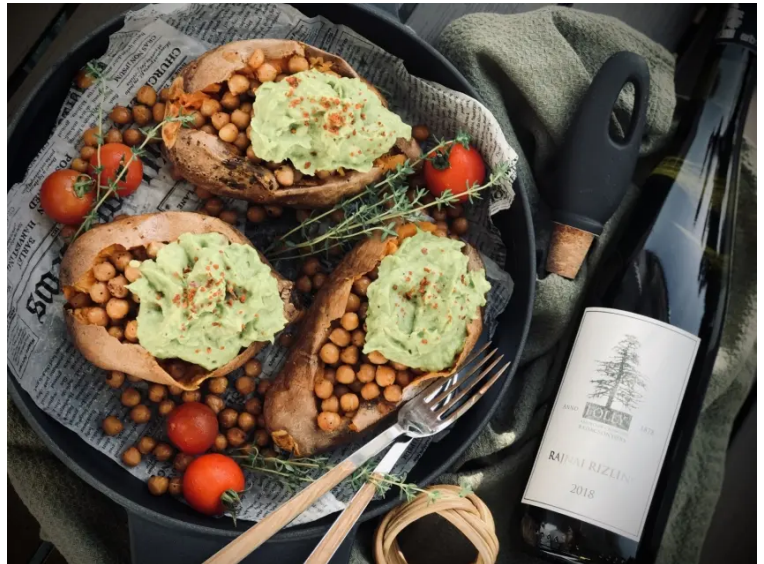
- 4 db édesburgonya
- só
- bors
- vaj

fűszeres csicseriborsó

- 1 csomag Csicseriborsó Konzerv
- tandori masala fűszer

avokádó krém

- 2 db avokádó
- fokhagyma
- só
- bors
- lime
- olívaolaj



1. Az édesburgonyákat héjastól, folyó víz alatt alaposan mossuk meg, majd töröljük szárazra. Az egészben hagyott batátákat minden oldalukon villával szurkáljuk meg, majd helyezük tepsibe, locsoljuk meg kevés olíva olajjal, majd tegyük 200 fokos előmelegített sütőbe 40-50 percre, amíg teljesen megpuhulnak.
2. A megsült krumplikat hűlés után hosszában hasítsuk végig, nyissuk szét annyira, hogy a belsejéhez hozzá lehessen férti. Villa segítségével kicsit túrjunk bele a krumpli húsába, majd sóval és borssal fűszerezzük! Pici vaj is kerülhet bele. Ebbe fogjuk tölteni az elkészült csicseriborsót, majd a tetejére tesszük az avokádó krémet,
3. A csicseriborsót lecsöpögtetjük, szárazra töröljük. Egy sütőlapot kibélelünk sütőpapírral, a sütőt előmelegítjük 200 fokra. A szárazra törölt csicseriborsót beleszórjuk, majd meglocsoljuk kevés olajjal és megszórjuk a fűszerrel. Alaposan elkeverjük, hogy a fűszerek és az olaj egyenletesen bevonja. Betoljuk a sütőbe, és körülbelül 20-25 perc alatt ropogósra sütjük.

Google Play



App Store



4. A puha érett avokádókat megtisztítjuk majd eltávolítjuk a magjukat. Pépet készítünk az avokádóból, (elég villával összetörni) majd csipetnyi sóval, borssal, fokhagymával, lime levével, olívaolajjal ízesítjük, ezzel elkészült a "guacamole" is.
5. Az elkészült fűszeres csicszeriborsóval megtöltjük a szétnyitott batátákat, a tetejüket az avokádó krémmel díszítjük, esetleg megszórjuk azt chili pehellyel.
- T. Ha nincs tandori masala fűszer keverék, akkor készítsd el egyszerűen az alábbi hozzávalókból: - füstölt ízű paprika - chili - cayenne bors - fokhagymapor - őrölt kömény - kurkuma - só - bors

