Sült tök

1	50	1
Nehézség	Perc	tepsi

Allergének:

Hozzávalók

tök
- 1 db sütőtök

ha édesen szeretjük
- őrölt fahéj
- méz

ha pikánsan szeretjük
- olívaolaj
- só
- bors
- kakukkfű
- vaj

1. A sütőtököt alaposan mossuk meg, egy nagy éles késsel óvatosan vágjuk ketté, kanállal kaparjuk ki a magokat, majd daraboljuk fel, és sütőpapírral kibélelt sütőlemezre helyezzük el a szeleteket. 200 ˚C-os sütőben, kb 35 perc alatt készre sütjük.
2. Ha édesen szeretjük, de szeretnénk még különlegesebbé tenni az élményt, sütés előtt szórjuk meg őrölt fahéjjal, esetleg mézzel javítsunk az ízén.
3. Ha pikánsabban szeretnénk fogyasztani, akkor sütés előtt locsoljuk meg olívaolajjal, sózzuk, borsozzuk, szórjuk meg aprított kakukkfűvel, majd a pirulás kezdetekor tegyünk a tökszeletekre egy kis kocka vajat.
T. Ha itt az ősz, akkor vele együtt itt a sütőtök szezonja is. Nincs is jobb, mint amikor az otthonunkat belengi a sült tök csodálatos, semmivel sem összehasonlítható illata. Készíthetünk belőle levest, ehetjük köretként, de még süteményekhez is kiváló alapanyag.

Google Play
App Store