

Namaz od cikle i oraha



NAČIN PRIPREME
Jednostavna priprema



VRIJEME PRIPREME
> 60 min

Sastojci

200 g cikle (3 manja komada)
50 g Garden Good oraha
20 ml K Plus maslinovog ulja
Sol

Nutritivne vrijednosti

Skeniraj za prikaz na web stranici



Ciklu ogulite, narežite na četvrtine, položite na aluminijsku foliju i posolite s obilnim prstohvatom soli. Zamotajte foliju tako da se cikla ne osuši tijekom pečenja te pecite 1 h na 200°C. Zadnjih 7 minuta u pećnici tostirajte i orahe.

Pečenu ciklu stavite u blender ili posudu u kojoj ćete raditi sa štapičnim mikserom. Dodajte joj tostirane orahe pa miksajte dok niste dobili jednoličnu smjesu. Dodajte 30 ml maslinovog ulja te miksajte još minutu. Provjerite nedostaje li namazu soli.

Servirajte kao dip, namaz za kruh ili na štapićima celera.

Video recept pogledajte u nastavku, a više inspiracije za video recepte pogledajte našem YouTube na kanalu.