

PEČENÁ ŠPAGETOVÁ DÝNĚ

INGREDIENCE:

Špagetová dýně

Pár lžic oleje

Čerstvě mletý pepř

Sůl

Další oblíbené koření

POMŮCKY

Plech

Pečicí papír

Ostrý nůž

Prkýnko

Mašlovačka

POSTUP

1. Předehřej troubu na 220°C
2. Popros dospěláka, aby dýňi rozřízl podélně na půl.
3. Dej na pečicí papír na plech.
4. Dužinu vydatně potřič za pomoci mašlovačky olivovým olejem.
5. Hodně popepři, posol, případě okořeň dalším oblíbeným kořením.
6. Dej na 35-45 minut péct do trouby. Dýně musí zezlátnout a slupka ze spodu zhnědnout.
7. Nech mírně zchladnout.
8. Vydlabávej vidličkou dužinu, která má po upečení strukturu špaget.
9. Použij rovnou třeba se salátem či do polévky, na pomazánku nebo servíruj jako přílohu k masu.

**Nejlépe chutná přímo
vydlabávaná ze slupky a
hned pojídaná 😊**

DOBROU CHUŤ!



www.detivarisamy.cz