

ROPOGÓS SAJTOS BUNDÁBAN SÜLT CUKKINI 🥒

Hozzávalók:

1-2 zsenge cukkini, kb 200-400 g

20-40 g tk. zsemlemorzsa, de lehet sima is

20-30 g kemény sajt reszelve

2 kisebb tojás

só

1 teáskanál fokhagyma granulátum

olíva- vagy repce-, szója-, napraforgóolaj a sütéshez

Elkészítés

A cukkiniket megmossuk, szárazra töröljük, félbe, majd körülbelül 1-1cm-es hasábokra vágjuk. A zsemlemorzsát elkeverjük a reszelt sajttal és fokhagyma granulátummal. A tojásokat egy tálba ütjük, sózzuk és alaposan felferjük. A sütőt közben 200 fokra előmelegítjük és előkészítünk egy nagy tepsit. Tartós sütőpapírt vagy szilikonlapot tegyünk rá és vékonyan olajozzuk be. A cukkiniket először a tojásba, majd a sajtos, fűszeres morzsába forgatjuk és egymás mellé sorakoztatjuk a tepsin. Ecsettel nagyon vékonyan leolajozzuk és betesszük a sütőbe. Többször átfogatva 25 perc alatt aranybarnára sütjük.

Remek köret egy könnyed húsétel mellé, vagy önálló fogás egy pikáns-zöldfűszeres joghurtos mártogatóssal. Ebédnél ez fogyott el a leggyorsabban, így fotót csak az utolsó pillanatban sikerült készítenem. 😊😊

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!