

Conopidă la cuptor cu aromă de curry

— Min.

Pregătire

1. Preîncălzește cuptorul la 200 °C. Desfă conopida în buchețele mici și pune-le într-un bol. Adaugă curry, sarea, boiaua afumată și uleiul, apoi amestecă bine. Întinde totul pe o tavă tapetată cu hârtie de copt și pune la cuptor.
2. Coace timp de 15 minute, întoarce buchețelele, apoi mai coace încă 10 minute.
3. Într-un bol mic, amestecă toate ingredientele pentru sosul de tahini. Întinde sosul pe o farfurie, adaugă conopida coaptă și presară deasupra semințe de dovleac și pătrunjel.

Ingrediente 2 Porții

= Kotányi Produkte

1	Căpățână de conopidă
1 linguriță	Curry
0.5 linguriță	Sare
1 praf	Boia de ardei afumată
2 linguri	Ulei

Pentru sosul de tahini

1 lingură	Tahini
100 grame	Smântână
0.5 linguriță	Chimen
	Sare, dacă este necesar
	Pătrunjel, pentru servire
	Semințe de dovleac, pentru servire