



Крекеры с фетой и тыквенным пюре



Ингредиенты

° Специи	по вкусу
° Чеснок	1 зубчик
° Крекеры	10 шт.
° Сыр фета	60 г
° Петрушка	для украшения
° Орехи грецкие	5 половинок
° Орех мускатный	1 щепотка
° Морковь свежая	80 г
° Тыква Баттернат	80 г
° Йогурт натуральный	2 ст. л.

Способ приготовления:



15 мин



10 порции



186 ккал

1. Морковь нарежьте средними кубиками и отварите до мягкости в кипящей воде.
2. Тыкву нарежьте крупными кубиками, переложите на противень и плотно закройте фольгой. Запекайте при 200 °С в течение 35 минут. Полностью остудите тыкву, не снимая фольгу с противня.

3. Морковь вместе с тыквой взбейте блендером до ровной и однородной массы. При желании протрите через сито.

4. Пюре смешайте с мускатным орехом, добавьте измельченный чеснок, йогурт и специи.

5. На крекер выложите фету, сверху — пюре и половинки грецкого ореха. Каждый крекер украсьте веточкой петрушки.

Совет

Фету лучше нарезать горячим ножом - так она не будет крошиться.

Еще больше идей на сайте: <https://bonduelle.ru>