

Firinlanmış Kabak Çekirdeği

Toplam 30 dk

Hazırlama 10 dk · Pişirme 20 dk

4 kişilik

Kolay

~220 kcal

Açılış 4/10

Kabak çekirdeğinin baharatla fırınlanması pratik atıştırmalık.

Malzemeler

- 1.5 su bardağı Kabak çekirdeği
- 1 yemek kaşığı Zeytinyağı
- 0.5 çay kaşığı Toz kırmızı biber
- 0.5 çay kaşığı Tuz

Yapılış

- Kabak çekirdeklerini yıkayıp kurulayın.
- Çekirdekleri yağ, biber ve tuzla karıştırın.
- 170°C fırında 18-20 dakika pişirin.

PÜF NOKTASI

Çekirdekleri fırınlamadan kurulaştırın. Kabuk için nem kalmamalı.

SERVIS ÖNERİSİ

Ara öğünde veya çorba üzerinde kullanın.