



CZAS NA BAKŁAŻANA!





Bakłażan z grilla

przepisy.pl



 15 minut  2 osoby  Łatwe

Składniki:

- mały bakłażan - 1 sztuka
- Delikat przyprawa uniwersalna Knorr**
- oliwa z oliwek - 8 łyżek
- świeże lub suszone oregano - 2 łyżki
- sok z cytryny - 2 łyżki
- suszona papryka peperoncino - 1 łyżka
- grzanki
- starty parmezan

Sposób przygotowania:

1. Pokrój bakłażana w plastry o szerokości 1-1,5 centymetra. Dopraw Przyprawą Uniwersalną Delikat Knorr i odstaw na godzinę.
2. Następnie odsącz na papierowym ręczniku.
3. Upiecz na ruszcie.
4. Upieczone, ale jeszcze ciepłe plastry dopraw do smaku peperoncino, oregano oraz sokiem z cytryny.
5. Na koniec polej sporą ilością oliwy z oliwek.
6. Podawaj na zimno z dodatkiem grzanek i świeżo startego parmezanu.

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego www.przepisy.pl. Znajdź nas na Facebooku www.facebook.com/przepisypl



Orientalne zapiekane bakłażany

przepisy.pl



 60 minut  6 osób  Średnie

Składniki:

- bakłażan - 3 sztuki
- Delikat przyprawa uniwersalna Knorr** - 2 łyżki
- cebula czerwona - 2 sztuki
- cebula biała - 1 sztuka
- szczypiorek - 1 pęczek
- pieczarki - 0.5 kilogramów
- papryka czerwona - 1 sztuka
- papryka żółta - 1 sztuka
- pomidor - 3 sztuki
- sok pomidorowy - 0.5 litrów
- oliwa z oliwek - 0.5 szklanek
- natka pietruszki - 2 szczypty
- curry - 1 szczypta
- kolendra - 1 szczypta
- bazylia - 1 szczypta
- oregano - 1 szczypta
- chilli

Sposób przygotowania:

1. Bakłażany i cebule pokrój w średniej grubości plastry, podobnie papryki i pomidory. Posiekaj szczypior i natkę. Pieczarki pokrój w plastry.
2. Dolej do tego sok pomidorowy wymieszany z oliwą.
3. Zakryj potrawę folią aluminiową i piecz w temperaturze 200 stopni przez 30 minut.
4. Do miski wsyp wszystkie przyprawy oraz Przyprawę Uniwersalną Delikat Knorr. Następnie wsyp mieszankę przypraw do warzyw i wszystko dokładnie wymieszaj.
5. W naczyniu żaroodpornym ułóż warzywa.
6. Posyp danie posiekaną kolendrą. Serwuj samodzielnie, z kurczakiem, krewetkami lub kalmarami.

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego www.przepisy.pl. Znajdź nas na Facebooku www.facebook.com/przepisypl



Marynowany bakłażan

przepisy.pl



 30 minut  4 osoby  Łatwe

Składniki:

- bakłażany - 2 sztuki
- Sos sałatkowy grecki Knorr**
- papryki (zielona, czerwona i żółta) - 3 sztuki
- twarożek - 200 gramów
- migdały - 200 gramów
- ząbek czosnku - 1 sztuka
- ostra papryka - 1 łyżka
- sok z cytryny
- posiekana mięta - 1 sztuka
- oliwa z oliwek
- pieprz - 2 szczypty

Sposób przygotowania:

1. Bakłażana pokrój wzdłuż na plastry. Posól i przyciśnij ciężkim naczyniem, po czym odstaw na godzinę, by puściły sok.
2. Następnie odsącz bakłażana na papierowym ręczniku i smaż na patelni grillowej lub zwykłej.
3. Migdały upiecz w piekarniku w 180 stopniach przez 8 minut, by były rumiane. Po wystudzeniu ugnieć je w morderku lub zblenduj blenderem na jednolitą masę.
4. Papryki pokrój w drobną kostkę, mięte posiekaj, a czosnek zetrzyj. Ugniecione migdały wymieszaj z twarożkiem, dodaj ostrą paprykę, mięte oraz czosnek.
5. Całość dobrze wymieszaj. Dopraw pieprzem i sokiem z cytryny. Gotową masę nakładaj na plastry bakłażana i zwijaj w rulon.
6. Sos sałatkowy Knorr wykonaj zgodnie ze wskazówkami podanymi na opakowaniu. Bakłażany zalej sosem, skrop dodatkowo oliwą i odstaw, na co najmniej godzinę przed podaniem.

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego www.przepisy.pl. Znajdź nas na Facebooku www.facebook.com/przepisypl



przepisy.pl

Soczewica z bakłażanem i serem feta



 60 minut  4 osoby  Łatwe

Składniki:

- bakłażan - 200 gramów
- Esencja do duszonych warzyw Knorr** - 1 sztuka
- cebula - 100 gramów
- ziemniaki - 300 gramów
- soczewica zielona - 200 gram
- pomidory pelatti - 250 gram
- oliwa
- liść laurowy
- ziele angielskie
- natka pietruszki, posiekana - 20 gram
- kolendra
- kmin rzymski
- papryka słodka
- papryka
- czosnek, posiekany - 3 ząbki
- marchew, pokrojona w półplastry - 100 gram
- seler naciowy, pokrojony w małe kawałki - 100 gram
- ser feta - 100 gram

Sposób przygotowania:

1. Soczewicę przepłucz pod bieżącą wodą.
2. W dużym garnku na oliwie z oliwek podsmaż bakłażany, cebulę, marchew, selera, ziemniaki i czosnek, dodaj ostrą i słodką paprykę, smaż chwilę ciągle mieszając.
3. Dodaj soczewicę, pomidory pelatti. Całość podlej 500 mililitrami wody, dodaj przyprawy - liść laurowy, pieprz, ziele angielskie oraz Esencję do duszonych warzyw Knorr.
4. Wszystko razem gotuj około 40 minut uważając, aby soczewica nie przypaliła się. Na koniec gulasz dopraw do smaku kminem i kolendrą w proszku oraz solą, jeśli jest taka potrzeba. Soczewicę podawaj z pokruszonym po wierzchu serem feta oraz natką kolendry i pietruszki.

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego www.przepisy.pl. Znajdź nas na Facebooku www.facebook.com/przepisypl



przepisy.pl

Faszerowany bakłażan à la gyros



 45 minut  4 osoby  Łatwe

Składniki:

- piersi z kurczaka - 400 gramów
- Przyprawa do złotego kurczaka Knorr** - 2 łyżki
- Fix Spaghetti Bolognese extra ziołowe Knorr** - 1 opakowanie
- bakłażan - 2 sztuki
- pomidory z puszki - 400 gramów
- cebula - 1 sztuka
- ząbki czosnku - 2 sztuki
- olej - 2 łyżki

Sposób przygotowania:

1. Cebulę oraz czosnek posiekaj. Kurczaka pokrój w drobną kostkę i podsmaż wszystko na patelni. Dopraw mięso przyprawą do złotego kurczaka.
2. Do mięsa dodaj posiekane pomidory z puszki razem z sokiem oraz Fix Knorr. Wszystko wymieszaj i duś, aż sos zgęstnieje.
3. W tym czasie umyj dokładnie bakłażana, odetnij końcówki i przetnij go wzdłuż na pół. Następnie wytnij małym nożykiem miąższ.
4. Teraz włóż do bakłażana farsz z kurczaka. Całość zapiekaj przez 15 minut w 180 °C. Danie bardzo dobrze smakuje z sosem jogurtowym.

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego www.przepisy.pl. Znajdź nas na Facebooku www.facebook.com/przepisypl



Bakłażan w cieście

przepisy.pl



Składniki:

- bakłażan - 1 sztuka
- ser feta - 150 gramów
- jajka - 2 sztuki
- Przyprawa w Mini kostkach Smażona cebula Knorr** - 1 sztuka
- papryczka chili - 1 sztuka
- gałązka bazylii - 4 sztuki
- olej
- mąka

 30 minut  4 osoby  Łatwe

Sposób przygotowania:

1. Pokrusz ser, pokrój 4 gałązki bazylii. Dodaj posiekaną papryczkę chilli (możesz usunąć pestki, wtedy papryczka nie będzie aż tak ostra).
2. Bakłażana pokrój w plastry.
3. Roztrzep jajka i wkrusz Przyprawę w mini kostkach Smażona cebula Knorr.
4. Panieruj bakłażana w kolejności: mąka, jajko, mąka.
5. Następnie smaż na oleju na złoty kolor. Podawaj na ciepło, posypanego serem.

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego www.przepisy.pl. Znajdź nas na Facebooku www.facebook.com/przepisypl



Befszyk z warzywami

przepisy.pl



 45 minut  4 osoby  Łatwe

Składniki:

- polędwica wołowa - 500 gramów
- Sos do pieczenia z grzybami Knorr** - 1 opakowanie
- cukinia - 1 sztuka
- bakłażan - 1 sztuka
- średniej wielkości cebula - 1 sztuka
- papryka czerwona - 1 sztuka
- ziemniaki - 500 gramów
- papryka ostra - 10 gramów
- pieprz - 10 gramów
- oregano - 2 łyżki
- woda - 1 litr
- natka pietruszki - 10 gramów
- olej - 150 mililitrów

Sposób przygotowania:

1. Polędwicę pokrój w plastry o grubości ok. 3 cm i natnij tak, aby powstała kieszonka. Oprósz pieprzem.
2. Cukinię i bakłażana przekrój wzdłuż na 4 części i pozbadź się nasion, a następnie pokrój w plastry. Cebulę i paprykę pokrój w grubą kostkę.
3. Warzywa przesmaż na patelni, dodając 1 łyżkę oregano i szczyptę pieprzu. Smaż, aż będą półtwarde, następnie połóż na papierowych ręcznikach, aby odsączyć nadmiar tłuszczu.
4. Ziemniaki umyj, nie obieraj, pokrój w księżycy. Dodaj paprykę, 1 łyżkę oregano, skrop olejem. Piecz w piekarniku rozgrzanym do 180 °C około 20 min.
5. Befszyki nafaszeruj warzywami. Smaż na dobrze rozgrzanym tłuszczu około 6 min. z każdej strony.
6. Sos Knorr wsyp do wody i zagotuj, dodaj natkę. Polej befsztyki sosem i podawaj z pieczonymi ziemniakami posypanymi posiekaną natką pietruszki.

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego www.przepisy.pl. Znajdź nas na Facebooku www.facebook.com/przepisypl



Zapiekane warzywa

przepisy.pl



Składniki:

- cukinia lub bakłażan - 400 gramów
- Fix Spaghetti 4 sery z brokołami Knorr** - 1 sztuka
- ser feta - 100 gramów
- oliwki - 2 łyżki
- śmietanka - 250 mililitrów
- posiekana natka pietruszki - 2 łyżki

 30 minut  4 osoby  Łatwe

Sposób przygotowania:

1. Warzywa umyj, oczyść i pokrój w plastry. Oliwki pokrój w drobne plasterki.
2. Wymieszaj Fix Spaghetti 4 sery z brokołami Knorr ze śmietanką w proporcjach podanych na opakowaniu.
3. Umieść warzywa w naczyniu do zapiekania, zalej przygotowanym Fixem Knorr i posyp natką.
4. Całość lekko przemieszaj i przykryj pokruszonym serem. Wstaw do nagrzanego piekarnika i piecz 25 minut w temperaturze 180 stopni. Podawaj.

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego www.przepisy.pl. Znajdź nas na Facebooku www.facebook.com/przepisypl