



## **Paluchy dyniowe podawane z sosem twarogowo- zielowym**

### **Składniki na paluchy dyniowe- 1 porcja**

- 250 g dyni
- 1 łyżeczka oleju rzepakowego lub oliwy
- sól kłodawska, chili, koper włoski
- ząbek czosnku

### **Sposób wykonania:**

Dynię umyj, osusz i podziel na 2 części. W międzyczasie nastaw piekarnik na 200°C i przygotuj blaszkę oraz papier do pieczenia. Następnie usuń nasiona dyni, a jej miąższ pokrój na słupki. Czosnek wyciśnij przez praskę i połącz go z oliwą oraz przyprawami. Tak przygotowaną marynatą natrzyj słupki dyni, ułóż na blaszce z papierem i wstaw do rozgrzanego piekarnika na około 30 minut.

### **Składniki na sos twarogowo – zielowy:**

- 120 g twarogu półtłustego
- 2 rzodkiewki
- szczypiorek
- koperek
- plaster cebuli
- 2 łyżki jogurtu naturalnego
- sól i pieprz

### **Sposób wykonania:**

Twaróg rozetrzyj w misce na gładko. Cebulę i rzodkiewkę pokrój w drobną kostkę oraz rozdrobnij szczypiorek i koperek. Dodaj je do twarogu wraz z jogurtem naturalnym. Masę dopraw solą oraz pieprzem i dobrze wymieszaj.

Gotowy sos serwuj z ciepłymi paluchami dyniowymi.

Smacznego☺