Fırında bal kabağı

Tarif yazan V-ZUG A.Ş.

armutlu ve Feta peynirli bal kabağı salatası

Hazırlama	20 Dak.
Pişirme süresi	20 Dak.
Porsiyon	4
Cihaz	CombairSteamer V2000 2021 itibarıyla

Balkabağı

1 kg Balkabağı (örn. muskat bal kabağı, paşa bal kabağı)

2 Armut, kabuğu soyulmuş

1 Kırmızı soğan, kabuğu soyulmuş

1 Çay k. Ras el hanut (Fas baharat karışımı)

2 Çor. k. Zeytinyağı

1 Çay k. Tuz

biraz Karabiber

80 g Ceviz, iri doğranmış

40 g Kabak çekirdeği

Vinegret sosu

4 Çor. k. Kanola yağı

2 Çor. k. Kabak çekirdek yağı

4 Çor. k. Elma sirkesi

½ Çay k. Sıvı bal

1 Diş sarımsak, ezilmiş

1 Çimdik tarçın

biraz Tuz

biraz Karabiber

Hazırlanması

100 g Feta, ufalanmış

biraz Cicorino rosso yaprakları, iri rendelenmiş

Balkabağı

Pişirme bölmesini Buharlama ile sıcak hava ayarında 230 °C sıcaklığa kadar önceden ısıtın.

Kabak, armut ve soğanı hazırlayın ve 2 cm kalınlığında dilimler halinde kesin. Ras el Hanout ve zeytinyağı ekleyin, yemeğin tuzunu ve karabiberini katın.

Tüm malzemeleri pişirme kağıdı serdiğiniz fırın tepsisine yayın ve orta rafta 15 dakika süreyle pişirin.

Kabağı ters çevirin ve üzerine ceviz ile kabak çekirdeği serpin.

5 dakika boyunca kavurun.

Vinegret sosu

Tüm malzemeleri birbiriyle karıştırın ve baharatlar ile tatlandırın.

Hazırlanması

Kavrulmuş balkabağını bir kap içerisinde Vinegret sos karıştırın ve biraz soğumaya bırakın.

Kırmızı marulla sunum yapın ve üzerine Feta peynir serpin.

Pişirme adımları

Pişirme bölgesini Sıcak hava + Buharlama ile 230 °C'ye kadar (önceden) ısıtınız

Ön ısıtma sona erdi. Yiyecekleri içeri sürün.

Sıcak hava + Buharlama esnasında 230 15 Dak. °C

Malzemeleri ekleyin. Pişirmeye devam edin.

Sıcak hava + Buharlama esnasında 230 5 Dak. °C

İpuçları

Bal kabağının kabukları yenebilir.

Aksesuar

Fırın tepsisi

Ek bilgi

Oluşturulma tarihi	26.01.2022