




Lekka zapiekanka z ziemniaków i cukinii z koperkowym jogurtem

 wegeweda

Polecane na: [danie główne](#), [zapiekanki](#)

Warto wiedzieć:

 80 min

 łatwy

 1 porcja

Składniki:

ziemniaki - 1/2 kg
cukinia - 2 szt.
pomidory - 2 szt.
jogurt sojowy - 400 ml
koperek - 1/2 pęk
tymianek - 2 łyżka

słodka papryka - 1 łyżeczka
suszona natka pietruszki - 1 łyżka
płatki drożdżowe - 2 łyżka
sól - - do smaku
oliwa - - trochę

Sposób przygotowania:

KROK 1: Obrane ziemniaki i nieobrane cukinie pokrój w cienkie plasterki.

KROK 2: W miseczce wymieszaj jogurt, posiekany lub suszony koperek, płatki drożdżowe i sól.

KROK 3: Naczynie żaroodporne posmaruj oliwą. Na spód wyłóż ściśle jedną warstwę ziemniaczanych plastrów. Posyp solą, tymiankiem, natką pietruszki i papryką. Następnie tak samo ułóż plastry cukinii i posyp tylko solą. Polej sporą ilością jogurtu i dokładnie rozsmaruj po całej warstwie. Na warstwę jogurtu, ponownie rozłóż ziemniaki i tak, aż skończą się składniki. Ostatnią warstwę przykryj jogurtem.

KROK 4: Na wierzchu ułóż pokrojone w plastry pomidory. Posyp płatkami drożdżowymi i suszoną natką pietruszki. Zapiekaj w piekarniku nagrzanym do 200 stopni przez około godzinę.