Pieczone bataty

healthy-dreams

Polecane na: **danie główne, sosy**

Kuchnia (region): **arabska**

Warto wiedzieć:

25 min | łatwy | 1 porcja

Składniki:

- jogurt naturalny - 150 g
- batat - 1 szt.
- garść posiekanego koperku - 1 garść
- przyprawy: -
- zioła prowansalskie - szczypta
- curry - szczypta
- czosnek - 1 ząbek
- czerwona cebula - 1/2 szt.

Sposób przygotowania:

KROK 1: batata obieramy, po czym kroimy w cienkie paski cebulę obieramy i kroimy w paski

KROK 2: pokrojonego batata umieszczamy na papierze do pieczenia, przyprawiamy przyprawami, po czym umieszczamy w piekarniku nagrzanym do 200 stopni na 20 min

KROK 3: jogurt umieszczamy w miseczce
ząbek czosnku obieramy i wyciskamy do jogurtu
koperek płuczemy, siekamy i mieszamy razem z jogurtem i czosnkiem