



## Полнети модри патлиџани со наут

Модрите патлиџани се многу популатен зеленчук кој многу се користи ширум Медитеранот и постојат буквално стотици рецепти за со нив да направите нешто вкусно. Овде ги полниме со наут.



### Состојки:

- 2 дебели модри патлиџани
- 350 грама наут (сварен еднаш)
- 1 конзерва сечкани домати
- 1 голема главица кромид
- 1 супена лажица кумин
- сечкан магдонос
- сол и бибер
- маслиново масло

### Чекор 1

За почеток ќе почнеме да ги длабиме модрите патлиџани. Засечете линија на лушпите од надворешната страна на патлиџаните. И потоа расечете ја внатрешноста... Внимателно водете парчиња одвнатре. Овде не сакаме да ја пробиеме кората и истовремено да направиме убава шуплина за филот. Немојте да го фрлате месестиот дел затоа што подоцна ќе го искористиме за полнењето!

### Чекор 2

Лушпите зачинете ги со сол, бибер и маслиново масло и ставете ги во рерна на 150 степени 20 минути.

### Чекор 3

Време е за сецкање: Исечкајте го месестиот дел од патлиџаните на мали парченца. Следен исечкајте го кромидот. Овде можете да ставите бел или црвен кромид. Па дури и млад кромид. На крај, исечкајте го магдоносот за гарнирање.

### Чекор 4

Во тава ставете ги маслиновото масло, месестиот дел од патлиџаните и кромидот додека таа се загрева. Пропржете ги додека не почнат да добиваат боја. ставете зачини и кумин и измешајте.

Уфрлете го и наутот... Тој треба да отстои во вода преку ноќ и потоа да биде варен 1 час пред употребата.

Следни ќе ги ставиме сечканите домати. Тие ќе му дадат сладок овошен вкус и боја на јадењето.

Крчкајте ги сите состојки додека да се спојат и да испари дел од вишокот течност.



### Чекор 5

Извадете ги лушпите од модрите патлицани од рерна.

Секоја од нив наполнете ја со обилна количина од смесата со наут. И потоа вратете ги во рерна на иста температура уште 20 минути.

Извадете ги од рерна и спремни сме за сервирање.

### Чекор 6

Едноставно ставете една од лушпите во чинија со сечкан магдонос како гарнир. И спремни сте за ручек!

### Совет

Има премногу финеси и поинакви идеи за овој вид рецепт. Можете да ги сервирате со ориз, кус кус, леќа. Наутот убаво оди со ова јадење и заедно со куминот му дава блискоисточен вкус!

### Користени производи:



Тава за пржење



Ростер

delimano®

Ти благодариме што си дел од МоиРецепти заедницата.  
Испрати го твојот омилен рецепт на [www.moirecepti.mk](http://www.moirecepti.mk)