



przepisy.pl

Kanapki z kozim serem i cukinią



 20 minut  4 osoby  Łatwe

Składniki:

- pieczywo pełnoziarniste, kromki - 4 sztuki
- Rama 100% Roślinna** - 20 gramów
- cukinia - 1 sztuka
- kozi ser - 50 gramów
- burak nieduży - 1 sztuka
- orzechy włoskie, kilka sztuk
- garść rukoli - 2 sztuki
- garść kiełków buraka - 1 sztuka

[Zamów świeże składniki z dostawą do domu do wybranych przepisów. Sprawdź.](#)

Sposób przygotowania:

1. Buraka zawiń w aluminiową folię i upiecz do miękkości w piekarniku nagrzanym do 180° C (potrwa to ok. 45 min.). Po tym czasie buraka wystudź, obierz i pokrój w cienkie „zapałki”. Orzechy upraż na suchej rozgrzanej patelni.
2. Cukinię pokrój wzdłuż na 12 cienkich plasterków, rozłóż je na blasze i oprósź odrobiną soli. Po kilku minutach osusz plastry cukinii papierowym ręcznikiem.
3. Na plastry cukinii nałóż porcję rukoli, buraka, pokruszonego sera oraz orzechów. Zwiń wszystkie w roladki i odłóż.
4. Kromki pieczywa posmaruj margaryną, następnie na każdej z nich ułóż po trzy przygotowane roladki. Wierzch kanapek udekoruj kiełkami buraka i podawaj.

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego www.przepisy.pl. Znajdź nas na Facebooku www.facebook.com/przepisypl