Zapeceni karfiol - prilog

težina: **lako**

za: **2** osoba

vreme pripreme: **30** min

Sastojci

Potrebno je:

- **1 srednji**karfiol
- **1 list**lovora
- **2-3 cena**belog luka
- **1**limun - sok
- **1/2 kašicice**bibera
- **3-4 kašike**maslinovog ulja
- **po ukusu**so

Priprema

Karfiol ocistiti, oprati (dobro je da uvek kad kuvate imate plasticnu zdelu i sve što otpada stavljate u njuu, da što manje prljate kuhinju i nakraju kad završite, bacite). U šerpu sipajte vodu, dodajte so, beli luk i lovorov list, stavite karfiol. Kad prokljuca karfiol kuvajte do 5 minuta, ako ga prekuvate on ce se raspasti. U zdelicu stavite ulje,biber, sok od limuna, beli luk stisnite nožem i napravite pastu, so po ukusu, sve izmešajte. Izvadite karfiol iz vode neka se malo ocedi, stavite ga u tepsiju, premažite ga smesom sa svih strana i stavite peci na 200 stepeni. Kad porumeni izvadite karfiol iz rerne i servirajte, ako volite prelite sa kiselom pavlakom ili gustim jogurtom, tipa grcki.

Ocistiti karfiol.

Staviti u vodu da se kuva.

Nožem napraviti pastu od belog luka.

Pomešati maslinovo ulje, sok od limuna, so, biber i pastu belog luka.

Karfiol staviti u tepsiju premazati uljem sa zacinima i staviti peci.

Po želji preliti sa kiselom pavlakom, ili gustim jogurtom, servirati toplo.

Savet