Täyteläinen feta-paprikatahna

kokonaisaika **40 min** **5 min** esivalmistelut **25 min** valmistus **10 min** vetäytyminen

Ravintosisältö (per annos):
866 kJ / 207 kcal

Rasva: **17,3 g** Proteiini: **7,7 g**
Hiilihydraatit: **5,2 g**

AINEKSET

4 annosta

1	punainen paprika
200 g	fetajuustoa
30 ml	Kikkoman luonnollisesti valmistettu soijakastike
30 ml	oliiviöljyä
20 ml	sitruunamehua
2	valkosipulinkynttä
1 hyppyselli nen	chilihiutaleita

VALMISTUS

Vaihe 1

Valuta paprikan päälle oliiviöljyä ja paahda 210-asteisessa uunissa n. 25 minuuttia, kunnes kuori alkaa ruskistua.

Vaihe 2

Siirrä paprika kulhoon, peitä kulho lautasella ja anna tekeytyä 10 minuuttia. Kulhoon muodostuva höyry helpottaa paprikan kuorimista. Halkaise paprika pituussuunnassa ja poista siemenet sekä kuori.

Vaihe 3

Laita feta, valkosipuli, sitruunamehu ja paahdettu paprika tehosekoittimeen tai yleiskoneen kulhoon. Lisää Kikkoman soijakastike ja soseuta sileäksi.

Vaihe 4

Koristele tahna chilihiutaleilla ja tarjoile. Voit käyttää sitä dippinä kasviksille tai levitteenä leivälle.