

Sočivo sa kokosom i bundevom i naan hleb

Sočivo sa kokosom i bundevom

6 kašika suncokretovog ulja
500 g bundeve
1 glavica crnog luka
4 kašike kari paste
400 g paradajz pelata
400 g kokosovog mleka
300 g sočiva
200 g mladog spanaća
150 ml kokosovog jogurta
1 kašičica mešavine šarenog bibera
1 kašičica morske soli

Način pripreme

Zagrejati rernu na 200°C stepeni. Pleh podmazati suncokretovim uljem. Bundevu iseckanu na kockice staviti u pleh i peći u zagrejanom rerni 15-20 minuta. U zagrejanom šerpi sa malo ulja propržiti na kockice iseckan crni luk na srednjoj vatri. Nakon 2-3 minuta dodati kari pastu i paradajz pelat. Kratko sve zajedno prokuvati dok su ne zgusne. Kada se zgusne dodati kokosovo mleko i sočivo i kuvati dok sočivo ne bude spremno. Kad se sočivo skuva dodati morsku so i šareni biber, pečenu bundevu i spanać. Kratko sve zajedno promešati i prokuvati i potom servirati jelo. U tanjir dodati i nekoliko kašika kokosovog jogurta.



Naan

$\frac{3}{4}$ šolje vode
1 kašičica meda
10 g suvog kvasca
2 šolje brašna
 $\frac{1}{2}$ šolje kokosovog jogurta
4 kašike mediteran ulja
4 kašike sunckoretovog ulja
 $\frac{1}{2}$ kašičice himalajske soli
2 kašike ulja sa ukusom belog luka

Način pripreme

Pomešati u jednoj posudi kvasac, med i toplu vodu. Ostaviti da se kvasac aktivira. U posudu sa brašnom dodati 1 ravnu kašičicu himalajske soli, 4 kašike mediteran ulja, kokosov jogurt i aktiviran kvasac. Sve zajedno umešati u kompaktnu masu i premazati sa još malo mediteran ulja. Pokriti testo i ostaviti da naraste. Naraslo testo lagano premesiti na površini posutoj brašnom. Razvući testo i podeliti na 12 jednakih jufki. Jufke razvući varjačom u krug i peći ih na zagrejanom tiganju sa malo ulja sa obe strane dok ne porumene. Kad se sve jufke ispeku i malo ohlade premazati ih uljem sa ukusom belog luka. Poslužiti uz pripremljeno sočivo sa bundevom.