

Dynia – Królowa jesiennych dań

Dynia bardzo często kojarzy nam się z porą jesienną. Drażymy z niej lampiony, dekorujemy wejścia do naszych domów. Ale dynia to nie tylko ozdoba. Możemy z niej zrobić fantastyczne dania! Oto kilka pomysłów na jesienne wieczory z dynią:

1. „Pikantna dynia marynowana”

Składniki:

- 2kg dyni
- 10 łyżek cukru
- 250 ml octu
- 8 szklanek wody
- 4 łyżki miodu
- 300 ml ostrej musztardy
- 3 łyżki soli
- kilka ziaren ziela angielskiego

Sposób przygotowania:

Dynię obierz, usuń gniazda nasienne i pokrój w kostkę (ok 2cm). Przygotuj zalewę – zagotuj wodę z octem, dodaj pozostałe składniki i gotuj jeszcze przez ok 3 min. Dynię włóż do słoików, zalej zalewą i zagotuj. (Słoik 1l na ok 10min)



2. „Pasta dyniowa”

Składniki:

- 50g syropu trzcinowego
- 50g daktyli
- 100ml gorącej wody
- 150g marchwi
- 200g dyni
- szczypta soli

Sposób przygotowania:

Daktyle nasączyć w wodzie, odstawić. Marchew i dynię ugotować do miękkości w osolonej wodzie. Odsączyć i zmiksować z namoczonymi daktylami i syropem trzcinowym. Schłodzić i podawać jako pastę do kanapek z np. razowego pieczywa.



3. „Zupa z dyni”

- 2 -3 kg dyni
- 500 g ziemniaków obranych ze skórki
- 2 marchewki całkiem duże
- 2 cebule
- kawałek kłącza imbiru (opcjonalnie)
- sól
- czarny pieprz

Sposób przygotowania:

Dynie obrać ze skóry, wyjąć pestki i pokroić w kawałki. Cebule oraz ziemniaki obrać i pokroić w dużą kostkę. Marchewki obrać i pokroić w plastry. Do garnka włożyć dynie, ziemniaki, cebule, marchewkę, dolać około 2-3 litrów wody, solę i gotować pod przykryciem przez 30 minut. Aby uzyskać rzadszą zupę można dodać więcej wody, jeśli gęściejszą wystarczą 2 litry. Pod koniec gotowania dodać obrany i rozdrobniony imbir. Zupę zblendować na jednolitą masę. Przed podaniem doprawić do smaku solą oraz pieprzem.



4. Placki z dyni

Składniki:

Porcja na 14 placuszków:

- 0,5 kg obranej i stratnej na paseczki dyni
- 5 cebulek dymek z zieloną częścią
- 1 opakowanie sera feta, ja wybieram grecki twardy
- 3 jajka
- 2 łyżki czubate bułki tartej i jeszcze trochę do obtaczania (bułka z glutenem lub bez)
- sól
- odrobina tartego sera żółtego do posypania
- masło lub oliwa

Sposób przygotowania:

Dynię obrać i zetrzeć na tarce z małymi oczkami. Do dyni odłożyć pociętą cebulkę dymkę z całym szczypiorem, startą na tarce fetę, jajka, bułkę tratą i odrobinę soli. Całość mieszać dokładnie ręką do momentu, aż uda się utworzyć z masy kotleciki. Będą one dość miękkie i średnio zwarte, ale po usmażeniu będą w sam raz! Lekko obtoczyć je w bułce i smażyć na maśle lub oliwie po kilka minut z każdej strony. Wyłożyć na talerz i podać na zimno, lub po uprzednim podgrzaniu na ciepło.



Przygotowała: Klaudia Szkopiak z klasy 1b