



Prażone pestki dyni

Autor: najlepszewkuchni.pl

Idealne do sałatek i nie tylko!

Osób: 2

Czas: **Do 30 min**

Poziom trudności: **Łatwe**

Przygotowanie

Krok 1

Rozgrzej piekarnik do 175°C.

Krok 2

Wydrąż nasiona z dyni i umyj je w zimnej wodzie.

Krok 3

Osusz nasiona ręcznikiem papierowym i umieść je na blaszce do pieczenia.

Krok 4

Skrop nasiona oliwą z oliwek. Dopraw papryką, czosnkiem i solą.

Krok 5

Piecz w piekarniku przez 10-15 minut, aż nasiona będą chrupiące i złociste.

Co jakiś czas mieszaj.

Krok 6

Odstaw do ostygnięcia przed podaniem. Smacznego!

Składniki:

1 dynia

1 łyżka oliwy z oliwek

1 łyżeczka soli

1 łyżeczka słodkiej papryki

½ łyżeczki czosnku