

Запечений молодий буряк

Літо - пора овочів та фруктів, тому в цю пору можна харчуватися лише ними. До Вашої уваги ще одна вегетаріанська страва з молодого соковитого буряка який трансформується та карамелізується під час запікання. І нізащо не здогадатися що це буряк, Ви наче ласуєте цукеркою-льодяником з маленьким хрустким хвостиком.

- 3 великих буряки, або 6-8 малих
- 2 столові ложки оливкової олії
- 2 столові ложки оцту бальзаміко
- 10 г вершкового масла
- 1 дрібка цукру
- сіль і перець

Нагріти духовку до 220 С.

Буряк добре помити, обірвати перші листки, залишити середні стебла довжиною 2-3 см.

Якщо бурякове листя і стебла ще доволі молоді та апетитні їх можна припустити на окремій сковорідці з олією, сіллю перцем протягом 5 хв та подавати разом з приготованим буряком.

Кожен коренеплід нарізати на 6-8 скибок та викласти на деко. Збризнути олією, оцтом, посипати цукром, сіллю і перцем й перемішати. Додати шматки масла й поставити в духовку запікатися до години часу, так щоб шматки буряка стали м'якими та добре карамелізувалися.















