

Πατάτες Αλάδωτες στο φούρνο: Πως θα τις συνδυάσουμε

/ [Ορθόδοξες Προβολές](#)



Πλησιάζει η Σαρακοστή, και, άρα, προετοιμαζόμαστε με συνταγές, ιδέες και εκτελέσεις.

Πατάτες Αλάδωτες στο φούρνο, με πιπεριά, μουστάρδα, ταχίνι, σκόρδο και λεμόνι.

Υλικά:

5-6 πατάτες
2 κ. σ. ταχίνι
χυμό από 1 λεμόνι
1 κ. σ. μουστάρδα
1 πιπεριά πράσινη
1 (ή και περισσότερο) δοντάκι σκόρδο
μανιτάρια
μαϊντανό ή άνιθο

αλάτι-πιπέρι

Εκτέλεση:

Κόβουμε τις πατάτες και τις τοποθετούμε σε ένα πυρέξ. Από πάνω βάζουμε τα λαχανικά, τα οποία μπορεί να είναι οτιδήποτε άλλο εσείς θέλετε, και αλατοπιπερώνουμε. Αναφέρονται ενδεικτικά μερικά λαχανικά, αλλά μπορείτε να βάλετε καρότο, σέλινο, κρεμμύδι φρέσκο ή ξερό κτλ. Ανακατεύετε καλά σε ένα ποτήρι με νερό το ταχίνι και το χυμό λεμονιού, το χύνετε όλο πάνω στις πατάτες και ανακατεύετε. Ψήνετε σε προθερμασμένο φούρνο στους 180, για περίπου 1 ώρα, ή έως ότου μαλακώσουν οι πατάτες.

Αν χρειαστεί, προσθέτετε λίγο νερό κατά το ψήσιμο.

Δεν καταλαβαίνετε σχεδόν ότι είναι αλάδωτες!

Τη συνταγή και την εκτέλεση λαμβάνουμε εκ του ιστοτόπου agiameteora.net