

## CUKETOVÉ ŠPAGETY S PAPRIKOVÝM PŘELIVEM

RAW, RAW, RAW! MÓDNÍ ZÁLEŽITOST, ZAKLÍNADLO DNEŠKA. ZKRÁTKA A DOBŘE, JDE O ŽIVOTNÍ STYL BEZ TROUBY, BEZ FRITÉZY, BEZ SPORÁKU!

### PRO 4 OSOBY POTŘEBUJETE:

- 1 středně velkou zelenou cuketu
- 2 vyztalé červené papriky
- 2 vyztalá středně velká rajčata
- 2 sušená rajčata
- 1 šalotku
- 1 stroužek česneku
- 6 lžic panenského olivového oleje
- 1 lžici nepražených kešu ořechů
- 1 snítku bazalky
- 1 hrst černých oliv
- sůl

intercatering



### POJĎME NA TO:

Nahrubo pokrácenou papriku, čerstvá i sušená rajčata, šalotku, česnek, bazalku a olivový olej vložte do mixéru a rozmixujte do hladké pěny. Dle vlastní chuti přisolete.

Zubatou škrabkou (například z Tescomy) vytvořte z cukety špagety. Čím delší, tím lépe budou na talíři vypadat.

Na jemném struhadle nastrouhejte nepražené kešu ořechy.

Paprikovou pěnu rozdělte do hlubokých talířů. Cuketové špagety v dlani stočte do klubíčka a položte na pěnu. Špagety posypejte strouhanými kešu ořechy, dozdobte olivami, bazalkou a můžete servírovat.

Dobrou chuť Vám přeje, Jirka Zeman

### MŮJ TIP:

„Masožravci“ mohou pokrm doplnit jemně pokrácenými proužky sušeného hovězího masa Jerky. I to je raw, neskutečně dobrý raw...