

מתכון לדלורית אפויה.



רכיבים:

1 דלורית בינונית

1 כפית שמן זית כתית מעולה

4 כפות מים

מעט מלח גס

מעט פלפל שחור גרוס

### אופן ההכנה:

1. חותכים את הדלורית לחצי לאורכה.
2. בעזרת כפית מרוקנים את הגרעינים.
3. בקערה קטנה מערבבים את המים, השמן, המלח והפלפל.
4. מסדרים את חצאי הדלורית על גבי תבנית האפיה המרופד בנייר.
6. יוצקים מעל את התערובת ואופים בחום בינוני ( $180^{\circ}$ ) במשך כ - 35 דקות, או עד שמתרכך.

