

# ANIA STARMACH

## Jogurt z dyniowym puree i miechunką

### Co kupić?

**150g** dyni (odmiana muscat lub piżmowa)

**2** garści miechunki

**300g** jogurtu greckiego

**2** łyżki miodu

duża szczypta cynamonu

szczypta mielonego kardamonu

szczypta gałki muszkatolowej

### Jak przygotować?

1. Dynię pokrój w drobną kostkę.
2. Przyprawy wymieszaj z dynią, ułóż ją na blasze z papierem do pieczenia, piecz około 20 minut w temperaturze 180 stopni.
3. Dynię zmixuj na dyniowy mus.
4. Połowę miechunki wymieszaj z jogurtem i przełóż do szklanek wypełniając je do połowy.
5. Na jogurt wylej mus dyniowy, na wierzch dodaj pozostałą miechunkę i odrobinę miodu.