

## Mix-kanapki plażowe z pieczywem tostowym

Przepis zaproponowany przez Gdziebylca: [monikaxilo](#), dnia 5 Września 2012r. o 12:32

Tagi: [kanapki](#), [tosty](#)

Rodzaj dania: [pieczywo przekąski](#)

Rodzaj kuchni: [europejska](#)

Rodzaj mięsa:

### Składniki przepisu

Nazwa	Ilość	Miara	Kategoria produktu
chleb tostowy	16	kromka	dodatki
wędlina - szynka parmeńska	8	plaster	mięsa
cebula	2	szt.	warzywa
pomidor cherry	5	szt.	warzywa
bakłażan	1	szt.	warzywa
morela	1	szt.	owoce
wiśnia	5	szt.	owoce
miód	1	łyżeczka	dodatki
migdały w płatkach	4	łyżka	dodatki
oliwa z oliwek	50	ml	płyny i sosy
cukier brązowy	1	łyżka	dodatki
figa suszona	2	szt.	owoce

### Opis

1. Kroimy pół bakłażana na cienkie plastry. Posypujemy solą i pozostawiamy na durszlaku przez 30 minut, aby odpłynął z nich sok. Po tym czasie płuczemy i odsączamy.
2. Smażymy plastry na patelni grillowej bez dodatku tłuszczu (jeśli nie ma grillowej, można na zwykłej) około 5 minut z obu stron - do zmięknięcia. Odkładamy na bok.
3. Drugą połowę obranego bakłażana smażymy na niskim ogniu na patelni z dodatkiem 2 łyżek oliwy z oliwek. Gdy bakłażan mięknie, zmiażdżymy go widelcem, na papkę. Dodajemy do tego przecięte na pół pomidorki cherry i smażymy dalej kilka minut ponownie dodając 2 łyżki oliwy z oliwek. Wykładamy do innego naczynia.
5. Cebule obieramy, drobno siekamy, wrzucamy na patelnię z 2 łyżkami oliwy i dodajemy 2 łyżki cukru brązowego. Karmelizujemy cebulę przez około 5 minut. Odkładamy do innego naczynia.
6. Morelę umyć i obrać ze skórki. Figi pokroić w drobną kostkę. Morelę i wydrylowane wiśnie zmiażdżyć widelcem, dodać łyżkę miodu i wymieszać z figami i migdałami.

W ten sposób powstało nam kilka mas, którymi teraz możemy przełożyć kanapki w dowolnej konfiguracji z szynką parmeńską i grillowanymi plastrami bakłażana. Po zrobieniu - każdą kanapkę przekroić na trójkąt.



Dla ilu osób: 4  
Danie dietetyczne: nie  
Poziom skomplikowania: średnio skomplikowane  
Czas przygotowywania: 0godz. 45min.  
Cena:  
Liczba kalorii: