

Päiksekuivatatud tomati määre



Päiksekuivatatud tomati määre

Kas teadsid, et tomat on pärit Lõuna-Ameerikast ning on tegelikult hoopis mari, kuigi oleme harjunud seda aedviljaks kutsuma? See mõnusalt mahlane vili on ideaalne kaaslane nii hommikusel võileival, lõunase supi sees kui ka salatisse pistetuna. Lisaks oma suurepärasele maitsele on tomat ka tohutult mitmekülgne ja toitainerikas, varustades me keha oluliste toitainetega nagu lükopeen, beetakaroteen ning E- ja C-vitamiin. Kui lasta tomatitel veel päikese käes kuivada ning täiustada neid siis peotäie värskete ürtidega, ei saa tulemuseks olla muud, kui üks imeliselt maitsev tomatimääre, mis viib su harjumuspäraseid võikud või salati hoopis uuele tasemele!

Kogus: Ühele kuni kahele

Valmistusaeg: 10 minutit

Raskusaste: Kerge

Vaja läheb:

- 60g päikesekuivatatud tomateid (tervislikuma variandi jaoks proovi leida ilma õlita tomateid)
- 1 suurem küüslauguküüs
- 1tl töötlemata [toormett](#)
- 1tl värsket tüümiani
- 1tl värsket oreganot ehk pune
- 1,5 spl värskelt pressitud sidrunimahla
- 2-3 spl vett (vajadusel)

Kuidas teha?

Aseta päikesekuivatatud tomatid koos küüslaugu, ürtide, sidrunimahla ja meega köögikombaini, blenderisse või kaussi (juhul, kui kasutad purustamiseks saumiksrit) ning lisa vastavalt vajadusele vett (sõltuvalt sellest millise tekstuuriga määret soovid). Surista segu ühtlaseks ning serveeri soovi korral soolahelveste ja värskete ürtidega. Naudi koos omale meelepärase toiduga.

P.S. Eriti maitsev on tomatimääre näiteks meie [toortatraleival!](#) ☐