



INGREDIENTS

- Fulles de vinya (en conserva)

Per al farcit:

- ½ albergínia
- 1 ceba
- 1 carbassó
- 1 pebrot vermell
- ¼ carbassa
- Un grapat de panses i pinyons
- Mel
- Oli d'oliva verge
- Sal

Per a la salsa Tzatziki:

- 1 iogurt grec
- ½ cogombre
- Fonoll fresc
- 1 llimona
- Sal

ELABORACIÓ

1. Renteu i tal·leu les verdures a trossets petits.
2. En una paella, salteu-les amb un fil d'oli fins que quedin ben sofregides.
3. Afegiu sal, una cullerada de mel i remeneu-ho tot plegat.
4. Acabeu afegint les panses i els pinyons. Reserveu-ho.
5. Per a la salsa, peleu, renteu i ratlleu el cogombre. Trinxeu el fonoll.
6. Barregeu el iogurt amb el cogombre, el fonoll i amaniu-ho amb sal, suc de llimona i un fil d'oli.
7. Renteu les fulles de vinya (si ja estan cuites en conserva), escorreu-les i assequeu-les.
8. Poseu una cullerada de farcit al mig i emboliqueu-la com si fos un caneló.
9. Poseu-les ben estirades i escalfeu-les al vapor.
10. Serviu-les amb la salsa.

NOTES:

.....

.....

.....

.....

