

Pita Wedges with Grated Carrots

पीटा वेड्ज विद ग्रेटेड कैरट

Preparation: 5 mins.

Cooking: 6 mins.

Serves 16 Cal/Ser 50



Ingredients

- 1 whole wheat pita bread or 1 pizza base
- 6 tbsp melted butter
- 2 tbsp very finely grated carrot
- 2 flakes of garlic - crushed (½ tsp)
- 2 tbsp chopped fresh basil or coriander
- 1 tsp oregano
- a pinch of salt & pepper
- ½ cup grated mozzarella or pizza cheese

Method

1. Slit pita bread/pizza base horizontally from the center to get 2 thin rounds.
2. Combine butter, carrot, garlic, coriander basil, salt and pepper. Spread the topping on the inner/cut side of bread, sprinkle with mozzarella cheese on top.
3. Cut each pita bread/pizza base round equally into 8 wedges (triangular pieces). This way you have 16 pieces in all.
4. Place in single layer on the rack or tawa. Grill for 5-6 minutes till crisp.

सामग्री

- 1 पीटा ब्रेड या 1 पिज्जा बेस
- 6 बड़े च. पिघला हुआ मक्खन
- 2 बड़े च. बहुत बारीक कटी गाजर
- 2 कली लहसुन - कूट लें (½ छोटा च.)
- 2 बड़े च. कटा हुआ ताज़ा बेसिल या हरा धनिया
- 1 छोटा च. ओरिगेनो
- एक चुटकी नमक और काली मिर्च
- ½ कप कदुकस किया हुआ मोज़रेला या पिज्जा चीज़

विधि

1. पीटा ब्रेड/पिज्जा बेस को बीच से काटें जिससे 2 पतले गोलाकार भाग मिलें।
2. मक्खन, गाजर, लहसुन, बेसिल, नमक और काली मिर्च को एक साथ मिलाएं, ब्रेड के कटे वाली साईड पर लगाएं और उस पर मोज़रेला चीज़ छिड़कें।
3. पीटा ब्रेड/पिज्जा बेस के गोलाकार भाग के तिकोनाकार टुकड़े काटें। इस तरह से आपको कुल 16 टुकड़े मिलेंगे।
4. अँवन के रैक या तवे पर एक पर्त में लगाएं। 5-6 मिनट के लिए ग्रिल करें या जब तक कुरकुरे हो जाएं।

TiP

You can use the same topping for ordinary bread too.
आप ब्रेड पर भी यही टॉपिंग लगा सकते हैं।

Recipes to be microwaved at 100% level or high unless the power level is specified in the recipe.

सभी रेसिपी को 100% पॉवर लेवल (हाई) पर माईक्रोवेव करें।
यदि कम पॉवर लेवल की आवश्यकता हो तो रेसिपी में लिखा हुआ है।