



WWF

ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ  
ΥΛΙΚΟ

GR

2020

# ΚΡΗΤΙΚΟΣ ΝΤΑΚΟΣ

Είναι ένα παραδοσιακό πιάτο veggie από το νησί της Κρήτης, ιδανικό για σνακ.

- 1 Σπάστε τα παξιμάδια σε μικρά κομμάτια και βάλτε τα σε ένα μπολ.
- 2 Προσθέστε τις κομμένες ντομάτες και το ελαιόλαδο.
- 3 Πασπαλίστε με το τυρί και τη ρίγανη.

## Θα χρειαστείτε:

6 κρητικούς ντάκους  
ή άλλα παξιμάδια βρεγμένα  
6-7 ντομάτες κομμένες σε κύβους  
(ή 20 ντοματίνια)  
100-200 γρ. φέτα ή άλλο λευκό  
τυρί τριμμένο σε χοντρα κομμάτια  
2 κ. σ. ελαιόλαδο  
1 κ. γ. ρίγανη



PICNIC  
BASKET





# ΚΑΡΤΑ ΣΥΝΤΑΓΗΣ

