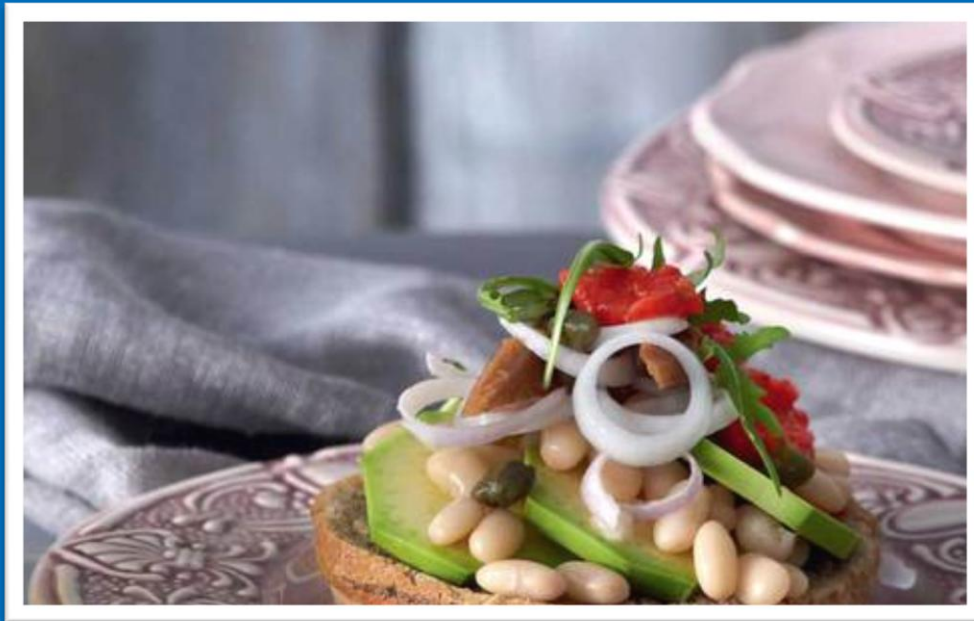


## Ντάκος με καπνιστή ρέγγα, φασόλια και σάλτσα ψητής ντομάτας



- ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ 20 λεπτά
- ΜΑΓΕΙΡΕΜΑ 25 λεπτά
- ΥΛΙΚΑ ΓΙΑ 4 άτομα
- ΒΑΘΜΟΣ ΔΥΣΚΟΛΙΑΣ εύκολη

### Υλικά

• 4 παξιμάδια μεγάλα, 1 φλιτζάνι φασόλια λευκά βρασμένα και σουρωμένα, 2 αβοκάντο ώριμα, 1 ρέγγα καπνιστή, 1 λεμόνι (τον χυμό του), 1 κρεμμύδι μικρό κομμένο σε λεπτές ροδέλες, 8 φύλλα ρόκας, 2 κουτ. σούπας κάππαρη.

### Για τη σάλτσα:

4 ντομάτες μέτριες κομμένες στη μέση, 2 κουτ. γλυκού κύμινο σε σπόρους, 2 κουτ. σούπας ελαιόλαδο, 1 κουτ. γλυκού ζάχαρη, 1/2 πορτοκάλι (το ξύσμα του), 1 πρέζα κρόκο Κοζάνης Αλάτι

### Εκτέλεση

Προθερμαίνουμε τον φούρνο στους 180°C. Τοποθετούμε τις ντομάτες σε ταψί με την κομμένη επιφάνεια προς τα κάτω. Τις περιχύνουμε με το ελαιόλαδο και τις πασπαλίζουμε με τη ζάχαρη και το κύμινο. Βάζουμε το ταψί στον φούρνο και τις ψήνουμε για 25 λεπτά περίπου. Βγάζουμε τις ψημένες ντομάτες από το ταψί μαζί με όλα τα υγρά και τις βάζουμε στο μπλέντερ. Προσθέτουμε τον κρόκο Κοζάνης, το ξύσμα πορτοκαλιού και αλάτι και τις χτυπάμε μέχρι να λιώσουν καλά. Μεταφέρουμε το μείγμα σε μπολ. Καθαρίζουμε τη ρέγγα και την περιχύνουμε με τον χυμό του λεμονιού. Καθαρίζουμε τα αβοκάντο και τα κόβουμε σε μέτριες ροδέλες. Βρέχουμε τα παξιμάδια με λίγο νερό. Τα τοποθετούμε στα πιάτα. Πάνω τους βάζουμε τις φέτες του αβοκάντο. Πάνω από το αβοκάντο βάζουμε τα φασόλια και από ένα κομμάτι ρέγγα. Απλώνουμε πάνω στη ρέγγα το κρεμμύδι και πάνω στο κρεμμύδι μοιράζουμε την κάππαρη και τη ρόκα. Περιχύνουμε με τη σάλτσα και σερβίρουμε.