

Pasta z bobu



DORADCA SMAKU



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

Na pastę:

bób	300 gramów
woda	2 litry
soda oczyszczona	1 łyżeczka
czosnek pieczony	2 ząbki
natka pietruszki	5 gramów
orzechy włoskie	25 gramów
skórka z pomarańczy	z 1/4 owocu
parmezan	25 gramów
cukier brązowy	1 łyżeczka
sok z cytryny	z 1/8 owocu
oliwa	25 mililitrów
kolendra cała	1 łyżeczka
kmin rzymski	1 łyżeczka
sól morska	do smaku

Do ozdoby:

orzechy włoskie
mięta
lawenda
bób
oliwa

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Do gotującej się wody wsyp sodę i wrzuć bób, gotuj 15 minut, po czym wyjmij bób i przełóż do wody z lodem i obierz.

Obrany bób przełóż do miski, dodaj czosnek, pietruszkę, orzechy, skórkę z pomarańczy, parmezan, cukier, oliwę, kolendrę, kmin, sok z cytryny oraz sól. Całość zmiel na jednolitą pastę, jeżeli pasta jest zbyt gęsta dodaj odrobinę wody, tak by pasta miała konsystencję jaką lubisz. Gotowe purée ozdabiamy orzechami, miętą, ugotowanym bobem, lawendą i polewamy oliwą. Pastę możemy podawać z chlebem, paluszkami lub krakersami.

Smacznego!