

Pasta z groszku na kanapkę

Autor: **Malibu**Przepisów: **6** Ocena: **33**

1-2 os.



15 min



łatwe



przystępne



Składniki:

- Groszek zielony mrożony 150g
- Sok z cytryny 1 łyżeczka
- Czosnek 1-2 ząbki
- Ziarna chia 10g
- sól, pieprz
- opcjonalnie kilka listków mięty

Sposób przygotowania:

- 1 Groszek przesypać do naczynia i zostawić do rozmrożenia. Dodać czosnek, sok z cytryny sól i pieprz i liście mięty. Wszystkie składniki zblendować.
- 2 Do zblendowanej pasty dodać ziarna chia i w razie potrzeby sól i pieprz. Wymieszać razem. Serwować na pieczywie z ulubionymi dodatkami.



Twoje notatki do przepisu: