

PASTA DO CHLEBA Z FASOLI

Wpisany przez Dana
czwartek, 06 września 2007 19:44 -

150 g drobnej fasoli, 2 nieduże cebule, 3 ząbki czosnku, 2 łyżki oliwy, łyżka kiełków fasoli mungo, po pół łyżeczki kminku, czarnej gorczycy, kolendry, odrobina sproszkowanego imbiru i ostrej papryki, 2 łyżki świeżego soku z cytryny, pieprz, sólFasolę zalać wrzątkiem i moczyć 3 godz., po czym osączyć i ugotować w świeżej wodzie, wyłożyć na sitko. Cebulę pokroić na plastry. Na rozgrzanej patelni uprażyć ziarenka przypraw. Gdy zaczną pękać, wlać olej i zeszklić na nim cebulę. Kiełki fasoli polać na sitku wrzątkiem, osuszyć, posiekać, połączyć z pozostałymi składnikami, przyprawić i zmiksować. Odstawić na kilka godzin do lodówki. Podawać do pieczywa pełnoziarnistego.