
Pasta z soczewicy

Dodano: 2000-01-01 00:00:00

Język: Polski

Odwiedzono: 2141 razy.

1 szklankę soczewicy namoczyć na kilka godzin i ugotować do miękkości. Odparować i zemeć z 2 ugotowanymi marchewkami, 1 pietruszką i 2 ziemniakami.

Posolić , dodać łyżkę koncentratu pomidorowego, 2-3 ząbki rozartego czosnku i 2 łyżki oleju sojowego.

Wymieszać i przechowywać w lodówce, nawet 2-3 dni.