Wegańskie sajgonki

healthy-dreams

Polecane na: **danie główne, przystawki i przekąski**

Kuchnia (region): **arabska**

Warto wiedzieć:

40 min

łatwy

1 porcja

Składniki:

- spring rolls - 5 szt.
- szpinak - 100 g
- bób - 50 g
- fasola jaś karłowata - 50 g
- soczewica zielona - 50 g
- przyprawy: bazylia, zioła prowansalskie, imbir, opcjonalnie pieprz ziołowy - 1 szczypta

Sposób przygotowania:

KROK 1: fasolkę i soczewicę należy namoczyć przed gotowaniem (najlepiej dzień wcześniej) Bób, soczewicę, fasolkę i szpinak gotujemy (wedle instrukcji zamieszczonej na opakowaniach) placuszki spring rolls zwilżamy wodą

KROK 2: ugotowany szpinak mieszamy z przyprawami

KROK 3: ugotowane warzywa kładziemy na placuszki- łyżka szpinaku, po czym po trochę z każdej rośliny strączkowej

KROK 4: nadziane placuszki zwijamy w sajgonki (zaginamy rogi z każdej strony)