Pasta z ciecierzycy i bakłażana

My Chcemy Jeść

Polecane na: **śniadanie**

Warto wiedzieć:

30 min | łatwy | 1 porcja

Składniki:

- ciecierzyca w zalewie - 2 puszki
- bakłażan - 1 szt.
- sezam - 1 łyżka
- tymianek - 1 łyżeczka
- sól ziołowa - do smaku
- świeżo mielony pieprz - do smaku
- lubczyk - 1 szczypta

Sposób przygotowania:

KROK 1: Sezam prażymy i odstawiamy do wystygnięcia. Ciecierzycę przelewamy z puszek na sito, płuczemy w zimnej wodzie i odstawiamy. Bakłażana myjemy i kroimy w plastry, które układamy na desce i solimy

KROK 2: W tym czasie dobrze rozgrzewamy patelnię grillową i smażymy bakłażana (bez żadnego tłuszczu) po kilka minut z każdej strony. Plastry grillowanego bakłażana studzimy na ręczniku papierowym.

KROK 3: Ciecierzycę przekładamy do miski, dodajemy bakłażana, sezam, przyprawy i blendujemy kilka minut. Taką pastę można jeść z ulubionym pieczywem, z warzywami lub jako dodatek do krakersów czy wytrawnych herbatników.