Pasta z dyni i migdałów z korzenną nutą

Katarzyna Malewska

Polecane na: **jednogarnkowe, przetwory, przystawki i przekąski, śniadanie**

Kuchnia (region): **arabska**

Warto wiedzieć:

30 min | łatwy | 1 porcja

Składniki:

- Dynia hokkaido - 200 g
- migdały mielone - 3 łyżka
- woda - trochę
- laska cynamonu - 1 szt.
- ziarno kardamonu - 3 szt.
- goździk - 3 szt.
- olej z prażonych pestek dyni - 2 łyżka
- syrop daktylowy - 2 łyżka
- suszona natka pietruszki - 1 łyżeczka

Dodatkowe info:

Jeśli chcemy, żeby pasta miała bardziej korzenny smak, możemy użyć przypraw w proszku, wtedy dajemy goździki, cynamon i kardamon po małej szczypcie.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Dynię obieramy, kroimy w kostkę i umieszczamy w garnuszku.

KROK 2: Do garnuszka dodajemy laskę cynamonu, kardamon, goździki i dwie łyżki syropu daktylowego. Stawiamy na małym ogniu.

KROK 3: Całość dusimy, a w razie potrzeby dolewamy odrobinę wody, do czasu, kiedy dynia nie zmięknie, wtedy zaciągamy z ognia. Wyciągamy goździki, cynamon i kardamon.

KROK 4: Do garnuszka dolewamy olej z pestek dyni i mieszamy tak długo, aż przestaną być wyczuwalne grudki dyni. Na koniec dodajemy 3 łyżki mielonych migdałów i łyżeczkę suszonej natki pietruszki.