



Pasta z fasoli adzuki

 dkrzew


Polecane na: [przystawki i przekąski](#)

Kuchnia (region): [polska](#)

Warto wiedzieć:

 50 min

 łatwy

 1 porcja

Składniki:

ugotowana fasola adzuki - 1 szklanka

ketchup bezglutenowy dla dzieci Zwergenwiese - 3 łyżka

oliwa z oliwek - 1 łyżka

czosnek - 3 ząbek

sól ryżowy - 1 łyżeczka

sok z cytryny - 1 łyżka

wodorosty kombu lub wakame - 1/2 garść

rzeżucha - 1 garść

Dodatkowe info:

Pasta o oryginalnym smaku dla osób, które dobrze tolerują strączki. Dla dorosłych zamiast ketchupu można dodać suszone pomidory.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Fasolę adzuki moczymy na noc (8-10 h), następnie gotujemy z niewielką ilością wodorostów kombu lub wakame.

Szklankę ugotowanej fasolki przekładamy do blendera , dodajemy ketchup i wszystkie pozostałe składniki (z wyjątkiem rzeżuchy). Wszystkie dokładnie blendujemy.

Powstałą pastę wykładamy na talerz, ozdabiamy kielkami rzeżuchy