





Pasta z fasoli mung i ostropestu

 Skoter

Polecane na: [lunchbox](#), [przystawki i przekąski](#), [śniadanie](#)

Kuchnia (region): [arabska](#), [polska](#)

Warto wiedzieć:

 20 min

 1 porcja

Składniki:

fasola mung - 3/4 szklanka

kurkuma - 1 łyżeczka

ostropest - 5 łyżeczka

papryka słodka - 1 łyżeczka

sos sojowy - 2 łyżka

sól i pieprz - - do smaku

oliwa z oliwek - 4 łyżka

Dodatkowe info:

Ostropest dodany do potraw to najlepsze lekarstwo na wątrobę.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Fasolę mung namoczyć na kilka godzin.

KROK 2: Gotować fasolę do miękkości, około 25 minut.

KROK 3: Ostropest zmielić, ugotowaną fasolę zblendować.

KROK 4: Dodać pozostałe składniki i dokładnie wymieszać.