



Paszтет z soczewicy z liściem laurowym



Anita Zegadło Od A do Z ugotujesz

Polecane na:

Warto wiedzieć:

70 min

12 porcji

Składniki:

soczewica czerwona - 1,5 szklanka	rozmaryn - 1-2 łyżeczka
dynia - kawałek	cząber - 1 łyżeczka
marchew - 2 szt.	sól - - do smaku
cebula - 1 szt.	papryczka chili - - do smaku
bułka tarta bezglutenowa lub mielone siemię - 2 łyżka	liście laurowe - kilka
kurkuma - 1 łyżeczka	olej - 2 łyżka

Sposób przygotowania:

KROK 1: Soczewicę ugotować według przepisu na opakowaniu. Odcedzić. Obrać warzywa i pokroić na małe kawałki. Rozgrzać rondel z olejem, dodać warzywa i udusić do miękkości (ok. 15 minut). Soczewicę i warzywa przełożyć do malaksera dodać bułkę tartą lub mielone siemię lniane zmiksować oraz dodać przyprawy. Wyłożyć do formy (użyłam papierową), a na wierzch położyć liście laurowe z posmarowane olejem. Piec 40 minut w 180 stopniach.