




Prażony słonecznik


 NieTruje

Polecane na: [przystawki i przekąski](#)

Warto wiedzieć:

 15 min

 łatwy

 4 porcje

Składniki:

Pestki słonecznika - 200 g
Granulowany czosnek - 1/2
łyżeczka

Sól - 1 szczypta
Pieprz - 1 szczypta

Sposób przygotowania:

KROK 1: Przełucz bardzo dokładnie wodą pestki słonecznika na sitku.

KROK 2: Wyłóż na blachę pokrytą papierem. Następnie posól, popieprz i dodaj granulowany czosnek. Wymieszaj dobrze pestki z przyprawami i wstaw do piekarnika na 10 minut na 180 stopni.