Sakiewki z fasolką mung szparagami i szpinakiem

healthy-dreams

Polecane na: **danie główne, przystawki i przekąski**

Kuchnia (region): **arabska**

Warto wiedzieć:

60 min | łatwy | 1 porcja

Składniki:

- fasola adzuki w ziarnach lub z puszki - 6 łyżka
- papier ryżowy - 4 szt.
- szparagi - 6 szt.
- szpinak - 7 kilka listków
- przyprawy: majeranek, bazylia, czosnek, suszone pomidory z czosnkiem niedźwiedzim i bazylią - do smaku
- szczypiorek lub gałązki natki do wiązania sakiewek - kilka
- sos sojowy - kilka kropel

Sposób przygotowania:

KROK 1: Fasolę ziarna moczymy, odcedzamy a następnie gotujemy w swieżej wodzie ok 50 min i odcedzamy. Szparagi parujemy ok 10 min.

KROK 2: Ugotowaną fasolkę mieszamy z przyprawami i kroplą sosu sojowego (opcjonalnie)

KROK 3: Papier ryżowy moczymy, kładziemy kolejno: liście szpinaku, fasolę i szparagi- formujemy sakiewki- zawiązujemy np. szczypiorkiem.