

Humus - pasta do chleba

data aktualizacji: 2019.01.04 autor: Redakcja



Składniki:

- puszka ciecior,ki,
- 1 ząbek czosnku,
- suszone pomidory (kilka sztuk),
- sok z cytryny,
- natka pietruszki,
- pasta sezamowa (łyżeczka lub dwie),
- olej rzepakowy

Wszystko zblendować na gładką pastę.

Źródło: <https://eglos.pl/aktualnosci/item/30483-humus-pasta-do-chleba>