



Hrášková přesnídávka s fazolkami

Ingredience

mražený nebo čerstvý vyloupaný hrášek cca : **400 g**

mražené nebo čerstvé zelené fazolky cca: **400 g**

kojenecká voda dle potřeby nebo : **1** malá sklenička

olivový olej menší: **1** KL

STUPEŇ ZDRAVOSTI:

Super zdravé, doporučujeme

Hrášek a fazolky vložte do hrnce, podlijte vodou a nechte vařit do té doby, než zelenina změkne. Měkké suroviny pak ještě rozmixujte na jemné pyré společně s troškou olivového oleje a přesuňte jej do čistých uzavíratelných skleniček...

Hrášková přesnídávka s fazolkami - recept

Hrášek a fazolky vložte do hrnce, podlijte vodou a nechte vařit do té doby, než zelenina změkne. Měkké suroviny pak ještě rozmixujte na jemné pyré společně s troškou olivového oleje a přesuňte jej do čistých uzavíratelných skleniček. Přesnídávky uchovávejte v chladu. Můžete je i zavařit.

Hodnocení receptu:

Hodnotilo 1 lidí