

Wegański smalec z białej fasoli

Jest to dobry przepis dla fanów tradycyjnego smalcu. Niejednego też można by szukać. Zdrowsza alternatywa tego co smaczne i tradycyjne.

Cebulę i jabłko siekamy w kostkę. Na patelni rozgrzewamy oliwę, smażymy cebulę i jabłko do zarumienienia (kilka minut, mieszając). W trakcie dodajemy zioła.

Fasolę blendujemy na gładko, dodajemy wystudzoną cebulkę z jabłkiem. Całość mieszamy, przyprawiamy solą i grubo mielonym pieprzem. Ponownie mieszamy, chłodzimy w lodówce co najmniej 2 godziny. Jeśli pasta jest zbyt sucha można do niej dodać łyżkę wody lub oleju.

Smacznego!

Składniki:

- 250g białej fasoli z puszki (waga bez zalewy)
- 2 łyżki oliwy z oliwek
- pół lub 1 mała cebula
- pół jabłka
- 1 łyżeczka ziół prowansalskich lub majeranku
- 2 duże szczypty soli
- 2 duże szczypty pieprzu