

Veganská ořechová pomazánka



Obtížnost: ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 30min , Čas vaření: 0min
Celkový čas: 30min , Porce: 8

1334 kalorií , **6 g** cukrů , **120 g** tuků , **36 g** bílkovin

Autor: OcenenaVina.cz

Odkaz: <https://srecepty.cz/veganska-orechova-pastika>

Příprava

Vlašské ořechy namočte do studené vody na 6-8 hod. Sušená rajčata zalijte horkou vodou a nechte je louhovat, dokud nezvláchní. Šalvěj pokrájejte na co nejmenší kousky. Ořechy a rajčata slijte a rajčata nakrájejte. Všechny přísady smíchejte dohromady a přidejte sůl a pepř. Vše rozmixujte do hladka v mixéru. Pokud je třeba přidejte trochu vody.

▣ Tip k receptu

Paštiku lze připravit i z jiných ořechů. Pokud chcete něco extra, např. na Silvestra. Doporučuji vyzkoušet pekanové ořechy:
<https://www.rehabilitace.info/zdravotni/pekanove-orechy-a-ucinky-na-zdravi-co-mohou-nabidnout/>



Ingredience

- 200 g sušená rajčata
- 200 g vlašské ořechy
- 10 list šalvěj
- sůl
- pepř

Kategorie

Silvestr, Česká, Vegetariánská, Něco extra, Pomazánka