

Sezamová sůl



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 10min
Celkový čas: 20min , Porce: 4

85 kalorií , **0 g** cukrů , **7 g** tuků , **2 g** bílkovin

Autor: andrea92

Odkaz: <https://srecepty.cz/sezamova-sul>

Příprava

Sezamová semínka opražíme nasucho na pánvi. Zvolíme raději menší plamen a neustále mícháme, aby se nepřipálila. Vychladlá opražená semínka smícháme s mořskou solí a vložíme do hmoždíře. Drtíme, dokud není většina semínek rozdrcených. Sezamovou sůl uložíme do dobře uzavíratelné nádoby.

Tip k receptu

Sezamovou sůl používáme k dochucení zeleninových salátů, polévek a vařené rýže. Zajímavá je i v kombinaci s kuskusem a těstovinami. A můžete si s ní i jen tak posolit chléb namazaný máslem.

Ingredience

- 15 g sezamových semínek
- 100 g mořské soli

Kategorie

Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Pomocné recepty, Ostatní