

Hummus ze zeleného hrášku

Časová náročnost: minut

Seznam přísad

2 hrnky	čerstvě vyloupaný zelený hrášek
1 hrnek	loupaná slunečnicová semínka
6 lžic	olej (např. olivový)
	šťáva a kůra z ½ limetky nebo citronu
4 4 stroužky	česnek
trochu	mletý římský kmín
	sůl a pepř



Postup přípravy

Všechny suroviny vhodíme do výkonného mixéru (blendru) a mixujeme, dokud nevznikne hladká pasta. Hráškové pesto podáváme s čerstvým pečivem a zbylé jej skladujeme v ledničce.