



# Kanapka z pastą z bakłażana

przepisy.pl



 15 minut  4 osoby  Łatwe

## Składniki:

- Rama 100% Roślinna** - 50 gramów
- pieczywo razowe pełnoziarniste, kromki - 8 sztuk
- orzechy włoskie - 100 gramów
- średniej wielkości bakłażan - 2 sztuki
- cebula - 1 sztuka
- natka pietruszki - 1 pęczek
- pomidory - 2 sztuki
- ząbki czosnku - 2 sztuki
- pasta z chili, np. sambal oelek - 1 łyżka
- Kmin rzymski z Indii mielony Knorr** - 1 łyżeczka
- owoc granatu - 1 sztuka
- rukola - 50 gramów

[Zamów świeże składniki z dostawą do domu do wybranych przepisów. Sprawdź.](#)

## Sposób przygotowania:

1. Bakłażany i cebule włóż do nagrzanego do 200° C piekarnika na około 20 minut. Gdy po tym czasie bakłażany zrobią się miękkie, odstaw je do ostygnięcia, obierz, przełóż do kielicha miksera, dodaj 80 g orzechów, pastę chili, margarynę, czosnek, kumin i wszystko razem zmiksuj na gładką pastę.
2. Posiekaj natkę pietruszki. Pomidory sparz, obierz ze skóry, usuń gniazda nasienne, pokrój w drobną kostkę i dodaj do powstałej pasty.
3. Pastę z bakłażana podawaj na kromkach pieczywa z rukolą. Kanapki udekoruj nasionami granatu.

---

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego [www.przepisy.pl](http://www.przepisy.pl). Znajdź nas na Facebooku [www.facebook.com/przepisypl](https://www.facebook.com/przepisypl)