



przepisy.pl

Wegetariański smalec z białej fasoli i jabłka



 30 minut  4 osoby  Łatwe

Składniki:

- biała fasola namoczona przez noc - 600 gramów
- ciemny chleb żytni, kromki - 6 sztuk
- Rama 100% Roślinna** - 100 gramów
- cebula - 1 sztuka
- jabłko - 1 sztuka
- śliwki suszone, najlepiej polskie wędzone - 8 sztuk
- liście laurowe - 2 sztuki
- ząbki czosnku - 2 sztuki
- Ziele angielskie z Meksyku Knorr** - 1 ziarno
- Goździki z Indonezji Knorr** - 1 sztuka
- jałowiec - 1 ziarno
- oliwa z oliwek - 4 łyżki
- majeranek - 0.5 łyżeczek
- lubczyk - 1 pęczek
- sos sojowy - 1 łyżeczka
- kiszony ogórek - 3 sztuki

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

Sposób przygotowania:

1. Posiekaj natkę lubczyku, czosnek rozetrzyj na miazgę. Cebulę, śliwkę i obrane ze skórki jabłko pokrój w drobną kosteczkę.
2. Fasolę ugotuj do miękkości, wystudź, przetrzyj przez sito.
3. Na oliwie podsmaż goździka, ziele angielskie, liść laurowy i jałowiec, a gdy zacznie skwierczeć dodaj cebulę, czosnek i śliwki. Smaż chwilę, gdy zaczną się rumienić dodaj jabłka. Wszystko razem smaż 2-3 minuty, aż jabłka zrobią się miękkie.
4. W misce połącz przetartą fasolę, margarynę, podsmażone jabłka z cebulą, lubczyk, czarny mielony pieprz, sos sojowy i majeranek. Składniki dokładnie wymieszaj.
5. Wegetariański smalec nałóż na kromki chleba żytniego i udekoruj plastrem kiszzonego ogórka.

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego www.przepisy.pl. Znajdź nas na Facebooku www.facebook.com/przepisypl