

Humus de mazăre



Ingrediente

- 250 g mazăre fină congelată
- $\frac{1}{2}$ legătură mentă proaspătă
- 1 cățel de usturoi
- 1 lămâie verde
- 2 linguri de ulei de măsline
- sare și piper

Mod de preparare

- Fierbeți mazărea timp de 3 min. și apoi lăsați-o să se răcească.
- Pasați mazărea și menta până obțineți un piure.
- Mărunțiți usturoiul și dați pe răzătoare coaja de la lămâia verde, apoi stoarceți lămâia și adăugați aceste ingrediente piureului de mazăre, condimentând cu sare și piper.

Sfat: preparatul este și mai delicios pe pâine prăjită.