

PULPECIKI WARZYWNE Z HUMUSEM I GRANATEM

SKŁADNIKI

🍴 2 PORCJE

🕒 30 MIN

👤 ŁATWY

1 opakowanie Garden Gourmet
KLOPSIKI WARZYWNE

100 g sera feta

1/2 owocu granatu (pestki z połowy
granatu)

1 ogórek zielony krótki

100 g pomidorków koktajlowych

4 łyżki oliwy z oliwek

200 g hummusu klasycznego (lub
innego ulubionego)

1/2 limonki lub ewentualnie cytryny

Trochę natki pietruszki do dekoracji

CULINARY TIP

Dopasuj składniki tak jak lubisz

W tym przepisie równie dobrze
sprawdzi się Wegański Falafel od
Garden Gourmet. Kulki falafela
przygotuj zgodnie z instrukcją na
opakowaniu i ciesz się roślinnym
smakiem skrojonym pod Ciebie.

Pulpeciki warzywne z humusem i granatem mogą być udaną przekąską, a jednocześnie, po uzupełnieniu dania o grzanki lub chlebek pita, sycącym daniem głównym. Za pomocą pity łatwo nabierzesz porcję humusu i warzyw. Soczyste i słodkokwaśne pestki granatu podkreślają nieco orzechowy smak hummusu. Nie warto z nich rezygnować! Jeśli lubisz pikłe, możesz zastąpić w przepisie świeże warzywa kiszunkami, np. kiszoną rzepką, oliwkami czy papryczkami. Pulpeciki warzywne z humusem i granatem dają wiele możliwości podania.

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

1. Pokrój warzywa

Zielonego ogórka pokrój w kostkę, a pomidorki koktajlowe przekrój na pół. Tak przygotowane warzywa przełóż do miski i skrop oliwą z oliwek, dopraw solą i pieprzem do smaku, a następnie delikatnie wymieszaj.

2. Przygotuj Klopsiki Warzywne

Klopsiki piecz w piekarniku przez 15 minut w 200 st. C lub usmaż na patelni z odrobiną oliwy według instrukcji na opakowaniu.

3. Przygotuj resztę składników

W międzyczasie posiekaj drobno natkę pietruszki oraz wyjmij pestki z owocu granatu.

4. Podaj Klopsiki na humusie, dopraw i gotowe. Smacznego!

Na talerzu rozłóż warstwę humusu. Ułóż jeszcze ciepłe Klopsiki Warzywne, dodaj do nich warzywa z oliwą, a całość posyp posiekaną natką pietruszki, pokruszoną fetą oraz pestkami granatu. Danie podawaj w towarzystwie oliwy i pokrojonej w ćwiartki limonki.

Recipe created by ROBERT HARNA

**SPRAWDŹ WIĘCEJ PRZEPISÓW NA
WWW.GARDENGOURMET.PL**