



Tekst i zdjęcie: **Lukky** - Złoty Szef Kuchni (3700)

Pasta z siemienia lnianego i żółtka jaja

Alternatywa do kanapek lub dip

Czas przygotowania: do 15 min

Stopień trudności: Łatwe

Pora dnia: Przekąska

Liczba porcji: więcej

☒ idealne dla dzieci

☒ dla alergików

☒ dieta

Składniki:

- cytryna, 0.5 szt.
- olej lniany , 20 g
- serwatka, 5 g
- żółtka, 1 szt.
- siemię lniane, 10 g

Sposób przygotowania:

Siemię lniane zmielić w młynku do kawy na proszek, zakwasić sokiem z 1/2 cytryny i wymieszać. Dodać 2 łyżki oleju lnianego (opcjonalnie do 4 łyżek w zależności od preferencji uzyskanej konsystencji), serwatkę w proszku i żółtko jaja kurzego ugotowane na twardo i całość wymieszać. Gotową pastę należy spożyć od razu, nie należy jej przechowywać.

