



Pieczona dynia z ciecierzycą

- ok. 1 kg dyni (po obraniu i usunięciu pestek)
- 150 g suchej ciecierzycy
- 1 czerwona cebula
- 3-4 ząbki czosnku
- igiełki oberwane z 1 gałązki rozmarynu
- 2 łyżeczki suszonej szałwi
- 1 łyżeczka słodkiej papryki
- garść pestek dyni
- oliwa z oliwek
- sól
- świeżo zmielony pieprz



PRZEPIS NA 3-4 PORCJE



Bezglutenowy



Wegański

Dla mnie to danie idealne :-). Cudownie sprawdza się na szybki obiad, albo ciepłą, rozgrzewającą kolację.

1. Ciecierzycę opłucz, zalej zimną wodą zostaw na noc do namoczenia.
2. Po tym czasie zmień wodę i gotuj przez 45 minut (wody nie solimy!).
3. Dynię pokrój w grubą kostkę i wymieszaj z ugotowaną i odsączoną ciecierzycą.
4. Dodaj zioła, paprykę, obrany czosnek i pokrojoną w ósemkę lub plasterki cebulę. Skrop obficie oliwą, posól i dokładnie wymieszaj.
5. Piecz w naczyniu do zapiekania w 200°C przez 25-30 minut.
6. Podawaj na gorąco, posypane solą i świeżo zmielonym czarnym pieprzem oraz uprażonymi pestkami dyni.

