

CHROMKAVÝ CÍČER

PRÍPRAVA

cícer je
uvarený zo
včera

ČAS VARENIA

15 min

BEZ LEPKU

áno

INGREDIENCIE

40 g cíceru suchého (=100 g vareného)
1 PL oleja
1 PL sójovej omáčky Shoyu (Tamari pre
bezlepkovú verziu)
soľ
1/4 ČL mletej kurkumy
mletý koriander podľa chuti

Štipka mletého chilli - v lete
vynechávame, chilli ohrieva

POSTUP

1. Cícer máme uvarený z
predchádzajúceho dňa.
2. Na panvici ohrejeme olej so soľou,
primiešame kurkumu a pridáme cícer
3. Zasypeme koriandrom a na trochu
silnejšom ohni restujeme do chrumkava.
Ku koncu ochutnáme a ak je cícer menej
slaný, pridáme trošku Shoyu alebo Tamari
omáčky. Dobre premiešame a na tanieri
navrstvíme na polievku.