

Ispanaklı Nohut Tava

Toplam 28 dk

Hazırlama 12 dk · Pişirme 16 dk

4 kişilik

Kolay

~212 kcal

Açılış 8/10

Ispanaklı nohut tava, nohudu ıspanak ve kırmızı biberle buluşturarak yumuşak, toprak ve tapas ruhu taşıyan bir tabak yapar.

Malzemeler

- 2 su bardağı Haşlanmış nohut
- 200 gr Ispanak
- 2 diş Sarımsak
- 1 tatlı kaşığı Tatlı kırmızı biber
- 1 yemek kaşığı Zeytinyağı

Yapılış

1. Sarımsağı yağda 1 dakika çevirin.
2. Nohut ve biberi ekleyin.
3. Ispanağı katıp 6 dakika pişirin.

PÜF NOKTASI

Ispanağı son anda eklemek tavada rengi canlı tutar.

SERVİS ÖNERİSİ

İlki servis edin, yanına 1 zarnı eklemek ve limon dilimleri sunun.