



Дип из яблок & нута и арахисового масла

Визуальный рецепт от DAREBEE @ darebee.net

2 яблока
1 банка ~ 240 г вареного нута
1 ст.л арахисового масла
1 ч.л уксуса
½ ч.л пищевой соды
½ чашки ~ 100 мл воды

ВАРИАНТЫ: добавьте корицу.

2 ПОРЦИИ

1



2



3



4



ИНСТРУКЦИЯ

1. Слейте воду с нута, промойте его. Поместите все ингредиенты в миксер.
2. Взбивайте до однородности в течение ~ 1 минуты.
3. Выложите по ½ части соуса в мисочки и посыпьте корицей.
4. Нарезьте яблоки ломтиками, предварительно удалив из них сердцевину. Выложите на тарелку рядом с соусом.