



Сладкий картофель с черной фасолью

Визуальный рецепт
от DAREBEE

© darebee.net

1 банка ~ 240 г вареной черной фасоли
2 батата (сладкий картофель)
2 ст.л. тахини

ВАРИАНТЫ: добавьте свежую петрушку
и тмин.

2 ПОРЦИИ



ИНСТРУКЦИЯ

1. Очистите сладкий картофель, разрежьте его пополам и поместите на противень, выстеленный бумагой для выпечки.

2. Разогрейте духовку до 200°C. Запекайте картофель в духовке в течение 30 минут (до готовности).

3. Переложите картофель на тарелку и вилкой сделайте углубление в центре.

4. Выложите вареную фасоль на картофель и приправьте по вкусу. Сверху полейте тахини, разбавленным водой 1:3. Украсьте петрушкой и посыпьте тмином.