








Orzechowa pasta

 2 porcje  5 minut

Składniki

- 100 g orzechów nerkowców
- 100 g migdałów, bez skórki
- 100 g orzechów włoskich
- 100 g niesolonych orzeszków ziemnych
- 25 g oleju kokosowego
- 3 łyżeczki oleju migdałowego
- 30 g nasion słonecznika
- 30 g nasion chia

Przygotowanie

-  "Zamocuj ostrze wielofunkcyjne w kielichu do gotowania. Włóż 100 g nerkowców, 100 g migdałów bez skórki, 100 g orzechów włoskich, 100 g niesolonych orzeszków ziemnych. Zamknij pokrywę kielicha."
-  Posiekaj.
-  Zgarnij szpatułką ze ścianek na dno kielicha. Zamknij pokrywę kielicha.
-  Posiekaj.
-  Dodaj 25 g oleju kokosowego, 3 łyżeczki oleju migdałowego, 30 g nasion słonecznika i 30 g nasion chia. Zamknij pokrywę kielicha.



Posiekaj.



Zgarnij szpatułką ze ścianek na dno kielicha. Zamknij pokrywę kielicha.



Posiekaj.



Podawaj natychmiast lub przelej do szczelnego pojemnika i przechowuj w lodówce. Smacznego!