

Ærtepaste

Ingredienser

150 gr valnødder

300 gr ærter (fx fra frost)

½ tsk. salt

3 spsk. god økologisk mayonnaise

Ingefær der svarer til ca. 4 fed hvidløg (i omfang) Kan undværes.

Evt. en knivspids cayennepeber og lidt koldpresset raps/valnøddeolie.

(valnødderne er også til pynt og lægges på toppen—ikke vist på billedet denne gang)

Sådan gør du:

Kom valnødderne i foodprocessoren sammen med ærter og cayennepeber.

Blend indtil konsistensen er cremet eller grov i struktur – efter ønske. Ønskes en meget cremet konsistens, kan man lægge valnødderne i blød 4-6 timer først.

Tilsæt mayonnaise og vend det godt i massen – smag til med ingefær, salt og olie

Grønne ærter er utroligt indbydende og sunde

