

# Pasta z bobu

*Przepis: Karolina Remiasz-Konefał, mama Piotra (DILV + PLE)*

## **Składniki:**

- Bób świeży lub mrożony
- Ząbek czosnku
- Natka pietruszki
- Łyżeczka soku z cytryny
- 1-2 łyżki oleju MCT
- Przyprawy: sól, pieprz, oregano

## **Przygotowanie:**

Ugotuj bób do miękkości i wyłuskaj. Włóż z pozostałymi składnikami do blendera i zmiksuj na gładką masę. Jeśli masa jest zbyt sucha, dodaj odrobinę wody i ponownie zmiksuj.