

Figos su pupelėmis

Produktai:

- 200 g pupelių
- 270 g džiovintų figų
- 1 vidutinio svogūno
- 1 skiltelės česnako
- kelių šakelių rozmarinų
- žiupsnelio baziliko
- žiupsnelio čiobrellių
- smulkintų petražolių
- druskos, pipirų
- aliejaus

Paruošimas:

Pupeles mirkyti vandenyje per naktį, išvirkite (baigdami virti truputį pasūdykite). Svogūnus ir česnakus sukapokite, figas supjaustykite nedideliais kubeliais (pupelės dydžio). Keptuvėje su nedideliu kiekiu aliejaus pakepinkite svogūnus ir česnakus. Suberkite smulkintus rozmarinus, bazilikus ir čiobrelius. Išmaišę sudėkite virtas pupeles, figas ir vėl pamaišykite. Patiekite su kapotomis petražolėmis.

Manoma, kad Leonardas da Vinčis save laikė vegetaru – bene pirmuoju oficialiu vegetaru modernių laikų Vakarų Europoje. Tuo metu vadintis vegetaru nebuvo taip jau paprasta kaip dabar, nes bažnyčia mitybą vien tik augaliniu maistu laikė „velnio banketu“.



Kotryna M. 7d