



## KASZANKA Z PIECZONYMI MARCHEWKAMI

### SKŁADNIKI:

1 opakowanie kaszanki z kaszą gryczaną Z Gruntu Dobre  
10-12 małych marchewek  
1 łyżka oliwy  
4 łyżki pasty tahini  
1 ząbek czosnku  
1 łyżka soku z cytryny  
1 łyżka soku z pomarańczy  
sól, pieprz  
woda

garść orzechów laskowych – do dekoracji

---

### PRZYGOTOWANIE:

1. Rozgrzać piekarnik do 200°C.
2. Umyte marchewki ułożyć na blaszce do pieczenia wyłożonej papierem, skropić oliwą, posypać szczyptą soli i piec ok. 15-20 minut (jeśli marchewki są duże, należy pokroić je na mniejsze kawałki).
3. Do kielicha blendera dodać pastę tahini, czosnek, sok z cytryny, sok z pomarańczy i 2 łyżki zimnej wody, następnie zmiksować na gładki sos. Doprawić solą oraz pieprzem.
4. Podawać z pieczonymi kaszankami.