



Fava

Aineet: 250 g keltaisia herneitä keitettynä
0,5 dl oliiviöljyä
2 tl korianterijauhetta
0,5-1 sitruunanmehu
1-2 valkosipulin kynttä
pippuria ja suolaa

Valmistus: Survo herneet ja sekoita kaikki mausteet.

Tarjoillessasi hienosti koristelee oliiviöljyllä, paprikajauheella ja tuoreella persiljalla. Voit halutessasi tehdä favaa myös tavallisista kuivatuista vihreistä herneistä.

Kasvispihvien, inkivääriporkkanoiden ja favan seuraksi voit valmistaa esimerkiksi keitettyä vehnärouhetta, cous cousia, bulguria tai rikottuja ohrasuurimoita, joita maustetaan kasvisliemijauheella tai -kuutiolla ja lorauksella oliiviöljyä.

Ruoan kanssa voit tarjoilla esimerkiksi vaaleaa leipää, tomaattia, salaattia, pepperoneja, oliiveja, marinoituja vihreitä papuja tai herkkusieniä ja vapun kunniaksi simaa.