



Rostade kikärtor

4 port

400 gram torkade kikärtor

2 msk olivolja

1 tsk salt

2 finhackade vitlöksklyftor

1 tsk paprikapulver

1 tsk flingsalt

1 nypa cayennepeppar,
svartpeppar och italiensk
salladskrydda

[Originalrecept](#)

1. Blötlägg de torkade kikärterna i vatten i en stor skål över natten eller ca 10 timmar.

2. Sätt ugnen på 175 grader. Skölj kikärterna i ett durkslag och låt dem rinna av ordentligt.

3. Sprid ut kikärterna på en ugnsplåt och ringla över olivoljan samt blanda runt vitlöken.

4. Rosta kikärterna i ugnen i ca 1h. Skaka plåten och vänd runt kikärterna några gånger under tiden. Ta ut kikärterna när de är knapriga och helt torra.

5. Strö över kryddorna medan kikärterna är varma. Rör om. Låt kikärterna svalna innan servering.

Ärtpesto

1 burk, ca 4 dl

300g gröna tinade ärtor

1,5 dl solrosfrön

1 vitlöksklyfta

50g Gran Padano

½ citron citronzest

1 dl olivolja

2 msk vatten

1 nypa salt, svartpeppar och
italiensk salladskrydda

[Originalrecept](#)

1. Tina ärtorna i varmt vatten.

2. Rosta solrosfröna i en panna med lite olja. Pressa i vitlöksklyftan på slutet för en rundare smak.

3. Ha ner solrosfrön, vitlök, ärtor och riven prästost i en mixer. Kör ihop och slå sedan på vatten och olivolja. Zesta i citronskal och ha i en nypa salt, svartpeppar och italiensk salladskrydda. Kör till en smet och håll över i en fin skål eller burk.