



Γεμιστά αγγουράκια με δροσερή σαλάτα ρεβιθιού

Τιπ: βάλε τα σπόρια και τη σάρκα που αφαίρεσες από τα αγγούρια σε κανάτα με νερό και λεμόνι για να δώσεις γεύση στο νερό σου!

Μερίδες: 3 Χρόνος προετοιμασίας: 10 λεπτά

Φυλάσσουμε τη σαλάτα ρεβυθιού καλυμμένη στο ψυγείο για 2 μέρες

Υλικά:

1 κονσέρβα ρεβίθια ή 250 γρ. ρεβίθια, βρασμένα
1 μικρό κρεμμύδι, κομμένο σε φέτες
1 φρέσκο κρεμμυδάκι, ψιλοκομμένο
1 μικρό καρότο, τριμμένο στον τρίφτη
2 κ.σ. κάπαρη
4 κ.σ. μαγιονέζα ή γιαούρτι της επιλογής μας
1 κ.σ. μουστάρδα
αλάτι & φρεσκοτριμμένο πιπέρι

Υλικά για το σερβίρισμα:

3 μεσαία αγγούρια
φρεσκοτριμμένο πιπέρι
ελαιόλαδο

Εκτέλεση:

- 1) Σε μπολ ρίχνουμε τα ρεβίθια και τα πιέζουμε με πιρούνι για να λιώσουν ελαφρώς. Προσθέτουμε τα λαχανικά, την κάπαρη, τη μαγιονέζα, τη μουστάρδα, αλατοπιπερώνουμε κι ανακατεύουμε καλά.
- 2) Κόβουμε τα αγγούρια κάθετα στη μέση και με ένα κουτάλι αφαιρούμε τα σπόρια και λιγη από τη σάρκα (θέλουμε να έχει χώρο για να τα γεμίσουμε με τη ρεβυθοσαλάτα).
- 3) Ακουμπάμε 3 κ.σ. από τη ρεβυθοσαλάτα σε κάθε αγγούρι, απλώνουμε ελαφρώς με το κουτάλι και σερβίρουμε με φρεσκοτριμμένο πιπέρι και ελαιόλαδο.



Brief:

Αναφορά ότι στο efood είναι ο ΑΒ και θα παραγγείλω απο εκεί!