

Marinerade sojaböner med soltorkade tomater

- Blötlägg 500g sojaböner i saltat vatten i minst 10-12 timmar.
- Häll bort blötlägningsvattnet, skölj bönorna och koka dem med 2 tsk salt och en msk torkad rosmarin i ca 1½-2 timmar. Låt svalna i kokvattnet, grytan kan med fördel ställas i kallt vattenbad.
- Mortla 1-1½ msk torkad timjan och 1-1½ msk rosmarin
- Lägg ca 300 gram soltorkade tomater + 2 dl olivolja, samt mortlad timjan och rosmarin i matberdare med knivar och och kör till finhackad konsistens. (Fontana har en prisvärd 1kg glasburk med soltorkade tomater. Finns på ICA-Maxi)
- Häll bort kokvattnet från bönorna och skölj dem kort i kallt vatten (ett durkslag fungerar bra).
- Tag 2 st 1 liters glasburkar (glasburkarna som de torkade tomaterna legat i är lagom stora) Varva sojaböner och tomat/kryddhack och fyll på med lite olivolja, salt och ca ½ dl äppelcidervinäger. Sätt på locket då och då och skaka om burkarna så att sojaböner, tomat/kryddhack, olivolja och vinäger blandas jämnt. Fyll burkarna så fulla som möjligt och avsluta med lite salt överst. Klart!
- Ställ i kylen, ät tillsammans med råkost, grönsakssallad eller annan rätt. Öppnad burk håller minst en vecka, oöppnad minst två veckor.