



## Μπρουσκέτα με πολύσπορο ψωμί & πέστο μυρωδικών

Μερίδες: 4 Χρόνος προετοιμασίας: 15 λεπτά Χρόνος ψησίματος: 1 ώρα

Χρόνος αναμονής: 2 ώρες & 45 λεπτά

### Υλικά την μπρουσκέτα:

- [1 συσκευασία μείγμα για παρασκευή πολύσπορου ψωμιού KNADA](#)
- 425 ml ζεστό νερό (45°C)
- ελαιόλαδο
- 100 γρ. ντοματίνια, κομμένα σε τέταρτα
- ½ μικρό ξερό κρεμμύδι ή 1-2 φρέσκα κρεμμυδάκια, σε φέτες
- ½ πιπεριά οποιουδήποτε χρώματος, σε μικρά κυβάκια
- 80 γρ. λευκό φυτικό τυρί ή φέτα, θρυμματισμένη

### Υλικά για την σάλτσα πέστο:

- 1 ματσάκι φρέσκα μυρωδικά (μαϊντανό σε συνδυασμό με δυόσμο ή άλλο μυρωδικό της επιλογής μας)
- 1 σκελίδα σκόρδο
- [30 γρ. ψημένα αμύγδαλα MUNSBIT ελαφρώς αλατισμένα](#)
- 1 κ.σ. διατροφική μαγιά
- αλάτι & φρεσκοτριμμένο πιπέρι
- 50-70 ml ελαιόλαδο

### Εκτέλεση

1) Ετοιμάζουμε το ψωμί. Αλείφουμε -αν χρειάζεται- μια φόρμα ψωμιού με ελαιόλαδο. Ανοίγουμε τη συσκευασία [πολύσπορου ψωμιού KNADA](#), προσθέτουμε το νερό και σφραγίζουμε καλά. Ενώ κρατάμε τη σακούλα όρθια, ζυμώνουμε μέχρι το σχηματισμό λείας ζύμης (5 λεπτά). Μεταφέρουμε τη ζύμη στη φόρμα και την απλώνουμε ομοιόμορφα.

2) Καλύπτουμε με πετσέτα κουζίνας και αφήνουμε να φουσκώσει για 45 λεπτά.

3) Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 175°C στον αέρα, στην κάτω σχάρα του φούρνου για 50-60 λεπτά. Όταν κρυώσει λίγο, ξεφορμάρουμε και αφήνουμε σε θερμοκρασία δωματίου για τουλάχιστον 2 ώρες πριν το σερβίρισμα.

4) Ετοιμάζουμε την πέστο. Ρίχνουμε όλα τα φυλλαράκια σε επεξεργαστή τροφίμων, προσθέτουμε το σκόρδο, τα [αμύγδαλα MUNSBIT](#), την διατροφική μαγιά, αλάτι,



φρεσκοτριμμένο πιπέρι και το ελαιόλαδο και πολτοποιούμε καλά. Δοκιμάζουμε και προσθέτουμε αν χρειάζεται επιπλέον αλάτι ή ελαιόλαδο.

5) Σε μπολ ανακατεύουμε τα ντοματίνια, το κρεμμύδι, την πιπεριά και το τυρί με λίγες κουταλιές πέστο και ανακατεύουμε καλά.

6) Κόβουμε φέτες [πολύσπορου ψωμιού KNADA](#), μοιράζουμε το μείγμα με τα λαχανικά πάνω τους και σερβίρουμε.

#### TIPS:

- Αναλόγως την εποχή και τη διαθεσιμότητα, μπορούμε να αλλάζουμε τα λαχανικά. Πχ αντί για ντοματίνια ή ντομάτες, μπορούμε να βάλουμε βρασμένα παντζάρια ή leftover ψητά λαχανικά.
- Όση πέστο μας περισσέψει την ρίχνουμε σε αεροστεγές βάζο, καλύπτουμε με λίγο επιπλέον ελαιόλαδο και αποθηκεύουμε στο ψυγείο για 1 εβδομάδα.
- Όσο ψωμί μας περισσέψει το αποθηκεύουμε καλυμμένο σε θερμοκρασία δωματίου για λίγες μέρες.