

CREOOLSE DIPSAUS



Vorbereitung : 10 min - **Rusttijd :** -- **Koken :** 5 min - **Materiaal :** Metalen mes

Ingrediënten : 1 kom

- 1 rode paprika - 200 g kwark - zout, chilipoeder - 10 cl kokosmelk - de sap van een 1/2 limoen

1. Was de paprika, verwijder de zaadlijsten en snijd hem in stukjes. Laat de paprika 5 min. koken in de kokosmelk. Voeg een mespunt zout en chilipoeder toe. Laten afkoelen en in de kom van de Micro overdoen.

2. Voeg de kwark en de limoen toe. Serveer 2 à 3 pulsen serveren en laat de Micro daarna 30 s continu werken.

Tip van de chef :

Een originele dipsaus bij rauwe groenten.