

# SPREAD VAN KORAALLINZEN

## INGREDIËNTEN VOOR 4 PERSONEN

150 gr gekookte koraal linzen

150 gr wortelen

1/2 ui

1 teentje knoflook

1 eetlepel amandelpuree

1 eetlepel kokosolie

1/2 theelepel kurkuma

1/2 theelepel garam massala

1 eetlepel kokosroom

1 eetlepel citroensap

1 theelepel bouillon

100 ml water<sup>45</sup>

## BEREIDINGSWIJZE

- Schil de wortel en ui en snijd in kleine stukjes
- Bak 5 minuten met de kokosolie, kurkuma, garam massala en de bouillon
- Meng alle ingrediënten in een blender tot het mengsel glad is.

Smeer een sneetje zuurdesembrood!

## VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

**SMAKELIJK!**