

Bonjour!

Je suis ravie de partager ma première recette avec vous! 😊

Ceci est une de mes sauces signatures qui accompagnent bien les spring rolls végétariens ou une salade de concombre (avec menthe et coriandre !), ou une salade d'aubergine (cuit à la vapeur), ou une salade de pâte de riz avec poivrons, concombre, céleri.... Laissez votre imagination vous guider !

J'aime arroser un peu de huile pimentée par-dessus, pour ceux qui aiment le piquant !



Recette pour 1 pot de sauce cacahuète

- 3 bonnes cuillères à soupe de purée de cacahuète bio
- 1 cuillère à soupe de huile de sésame
- Jus de ½ citron bio
- 1 pincée de sel ou sauce de poisson
- 1 bonne poignée de coriandre fraîche
- 1/2 gousse d'ail
- 1 cuillère à café de miel ou sirop d'agave
- 5-10 cuillères à soupe d'eau purifié

Mettez tous les ingrédients au blender et mixez jusqu'à l'obtention d'une sauce homogène. Ajoutez de l'eau selon la texture souhaitée.

Si vous aimez le piquant, vous pouvez ajouter un piment frais avec les autres ingrédients.

Mmmm.....Tellement meilleur que les bouteilles de sauces en pot ou en bouteille! 😊

JACQUELINE SHUM

Alternative health adviser • Massotherapist • Healthy meal box deliveries • Culinary workshops

Keizersberg 6, 1560 Hoeilaart, Belgium • +32 (0) 495 30 21 22 • hello@nourishbyjacqueline.com
nourishbyjacqueline.com • Compte bancaire (ING) BE35 3630 1957 4337

TVA BE 0678 394 640 (Petite entreprise soumise au régime de la franchise de taxe. TVA non applicable)

