



BOODSCHAPPENLIJSTJE

Haal deze ingrediënten in huis

GROENTE & FRUIT

- 2 sjalotten, fijn gesneden
- 5 teentjes knoflook
- Stukje gember ter grote van duimtop, fijn gesneden
- 1 (voor)gekookte rode biet, in kleine stukjes gesneden
- 2 eetlepels citroensap
- 1 zakje rucola
- 1 Peer
- 800 g aardappelen (kruimig, bedoeld voor puree)
- 1 ui
- 200 g wortel (vers)
- 1/3 bloemkool (vers)
- Bosje koriander

KRUIDEN

- Zout & Peper
- 5 spices
- 1 theelepel venkelzaad
- ½ theelepel komijnpoeder
- 2 tsp kaneel
- vanilla extract
- amandel extract
- 3 volle eetlepels Patak's kruidenpasta madras (AH)

OLIES & DRESSINGS

- 2- 4 eetlepels balsamico azijn
- appel cider azijn

NOTEN

- 110 gram rauwe cashewnoten geweekt
- Witte sesamzaadjes ter garnering

KOELING

- 1/2 cup plantaardige margarine
- 100 gram geraspte vegan kaas (bijvoorbeeld van Wilmersburger, o.a. verkrijgbaar bij Vegabond)
- 3 el vloeibare margarine (Becel OF Alpro) (vloeibaar is een speciaal product)
- 1 pakje seitangehakt OF sojagehakt (Veg. Slager Rulgehakt)

DIEPVRIES

- Filodeeg
- 150 g doperwten (diepvries)

OOSTERSE PRODUCTEN

- 1 blik kokos melk
- 1 1/2 cup geraspte kokos

OVERIGE

- 1 cup plantaardige melk
- 1 cup rietsuiker
- Miso pasta

SPECIALS

- 1 kilo geraspte casava (toko in de vriezer)

DIT HEB JE THUIS

- 100 ml water