INGEDIEND DOOR
LastGroove

ON
02-03-2013

★ ★ ★ ★ ★
Keine Stimmen

Dipsauzen



Dips zijn een snelle, smakelijke, gezonde en aantrekkelijke snack die je gemakkelijk samen met de YS-groep kunt bereiden. Bij het maken van dips en de bijbehorende sauzen zijn er vrijwel geen regels, dus is er ruimte voor creativiteit en persoonlijke voorkeuren. Het maken (en eten) van dips kan een geweldig plezier zijn voor jou en je groep.

Ingrediënten

- rauwe groenten (goede keuzes zijn: wortelen, groene komkommers, bloemkool, rode paprika) of chips/nacho's
- dipsaus

Recept

Snijd de groenten in lange reepjes (snijd de bloemkool in kleine roosjes).

Meng de dipsauzen.

Doe de sauzen in kommetjes. Leg de groenten ernaast. Geniet ervan!

Knoflooksaus

Ingrediënten:

- pot mayonaise
- een bol knoflook
- zout en peper naar smaak

Meng alle ingrediënten door elkaar. Laat het mengsel minstens 30 minuten staan.

Saus met kwark en bieslook

Ingrediënten:

- blokje kwark
- bieslook
- een beetje yoghurt
- zout en peper naar smaak

Meng alle ingrediënten door elkaar. Bewaar in de koelkast.

Currysaus

Ingrediënten:

- 1 ui
- 1 appel
- Currykruiden
- yoghurt (bij voorkeur dik)

Recept:

- Fruit de ui en de appel in een pan tot ze zacht zijn (maar niet bruin)
- Voeg 2 eetlepels kerriekruiden toe en roer goed door
- Maal het mengsel in de pan fijn met een blender
- Voeg yoghurt toe tot de gewenste consistentie is bereikt

De currysaus smaakt het lekkerst als hij warm wordt geserveerd

Tomaten saus

Ingrediënten:

- Ui
- Gesneden tomaten uit blik
- verse basilicum
- verse oregano
- zout en peper naar smaak

Recept:

- Fruit de ui in een pan of koekenpan tot deze zacht is.
- Voeg de tomaten uit blik toe aan de ui en breng het geheel aan de kook.
- Voeg naar smaak zout en peper toe.
- Zet het vuur uit en pureer alle ingrediënten met een blender.

- Voeg, terwijl het mengsel nog warm is, verse kruiden toe en roer het geheel door.

Weitere Informationen

Categorieën
Spelletjes en activiteiten

Tags
Recept

Leeftijd
Er zijn geen gegevens beschikbaar.

Aantal deelnemers
1–20
20–30

Bijbel
Deze informatie ontbreekt.

Materiaal
Bijna moeiteloos

Bestanden downloaden
Geen downloads

KI Generierter Inhalt
Inhoud
Categorieën
Tags
Leeftijd
Aantal deelnemers
Bijbel
Materiaal

© YoungstarsWiki | https://youngstarswiki.org/nl/wiki/art/dipsauzen