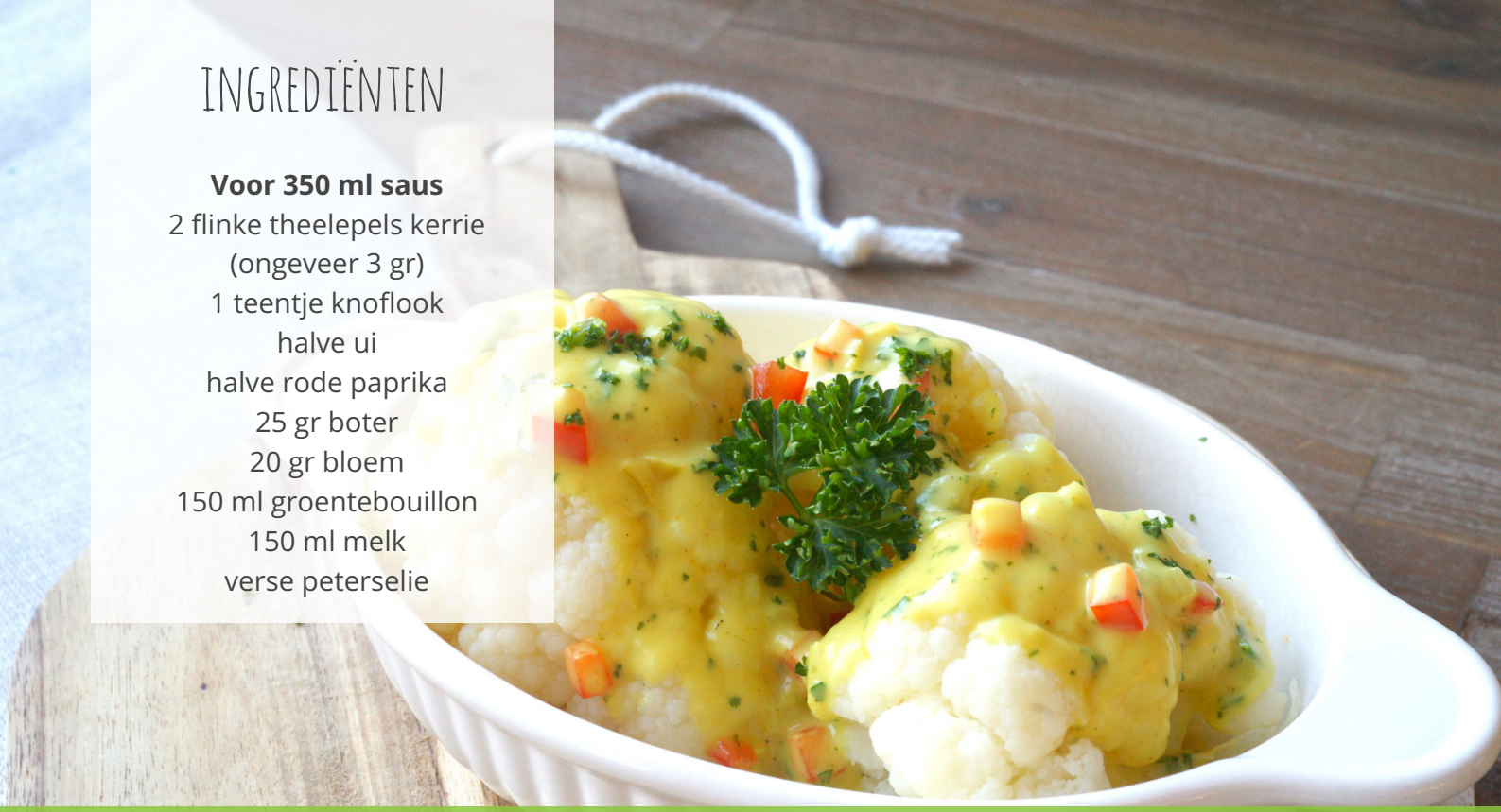


INGREDIËNTEN

Voor 350 ml saus
2 flinke theelepels kerrie (ongeveer 3 gr)
1 teentje knoflook
halve ui
halve rode paprika
25 gr boter
20 gr bloem
150 ml groentebouillon
150 ml melk
verse peterselie

KERRIESAUS

Bevat per 25 ml: Kcal: 28 | Eiwit: 0,7 gr | Koolhydraten: 2,4 gr | Vet: 1,7 gr | Vezels: 0,5 gr

ZO MAAK JE HET

• Snipper de ui, hak de knoflook fijn en snij de paprika in kleine blokjes.
• Neem een steelpan en laat daarin de boter smelten. Bak de ui, knoflook en kerriepoeder een paar minuten zachtjes aan.
• Zet het vuur laag, voeg de bloem toe en blijf goed roeren. Laat de bloem ongeveer twee minuten mee verwarmen.
• Voeg al roerend de groentebouillon en de melk toe.
• Voeg vervolgens ook de paprika toe en laat de saus een paar minuten pruttelen terwijl je regelmatig blijft roeren.
• Maak de kerriesaus af met peper en zout naar smaak en (ongeveer) twee eetlepels fijngehakte peterselie.

TIPS EN TRICKS

• Je kunt de paprika ook al in het begin – samen met de uitjes – toevoegen. Zelf vind ik het lekkerder om 'm pas aan het einde toe te voegen omdat hij dan nog lekker wat bite heeft. Eventueel kun je de paprika ook helemaal weglaten.
• Vries de saus in kleine porties in zodat je steeds een beetje kunt gebruiken.