



wortelsaté

Het is leuk om te variëren met de presentatie van groente. Probeer deze wortelsaté en experimenteer erop los. Je kunt hetzelfde doen met bijvoorbeeld pompoen, aubergine of pastinaak.

Verwarm de oven voor op 180 graden. Schil de wortelen en snijd ze in stukjes van ongeveer 3 cm lang. Maak een marinade van de sojasaus, knoflook en gember en wrijf de stukjes wortel hiermee in. Rooster de wortel 30 minuten in de oven.

Maak intussen de pindasaus. Snipper de sjalot en bak zachtjes in een klein scheutje olie. Bak de koriander en komijn kort mee en doe nu de pindakaas, ketjap en kokosmelk erbij in de pan. Laat even doorkoken en breng op smaak met zout, peper en eventueel een heel klein beetje sambal voor wat pit. Als je de saus dunner wilt, kun je hem aanlengen met wat water.

Rijg de stukjes wortel op een prikker zodra ze gaar zijn. Kinderen vinden dat leuk eten. Serveer de pindasaus ernaast om de worteltjes in te dopen. Eet met wat rijst of als lunchgerechtje. Dit is ook een leuke snack voor op een feestje.

nodig: satéprikkers

spiesjes:

12 flinke bospenen

4 el sojasaus

1 teen gehakte knoflook

2 cm gember geraspt

satésaus:

½ sjalot

zonnebloemolie

½ tl korianderpoeder

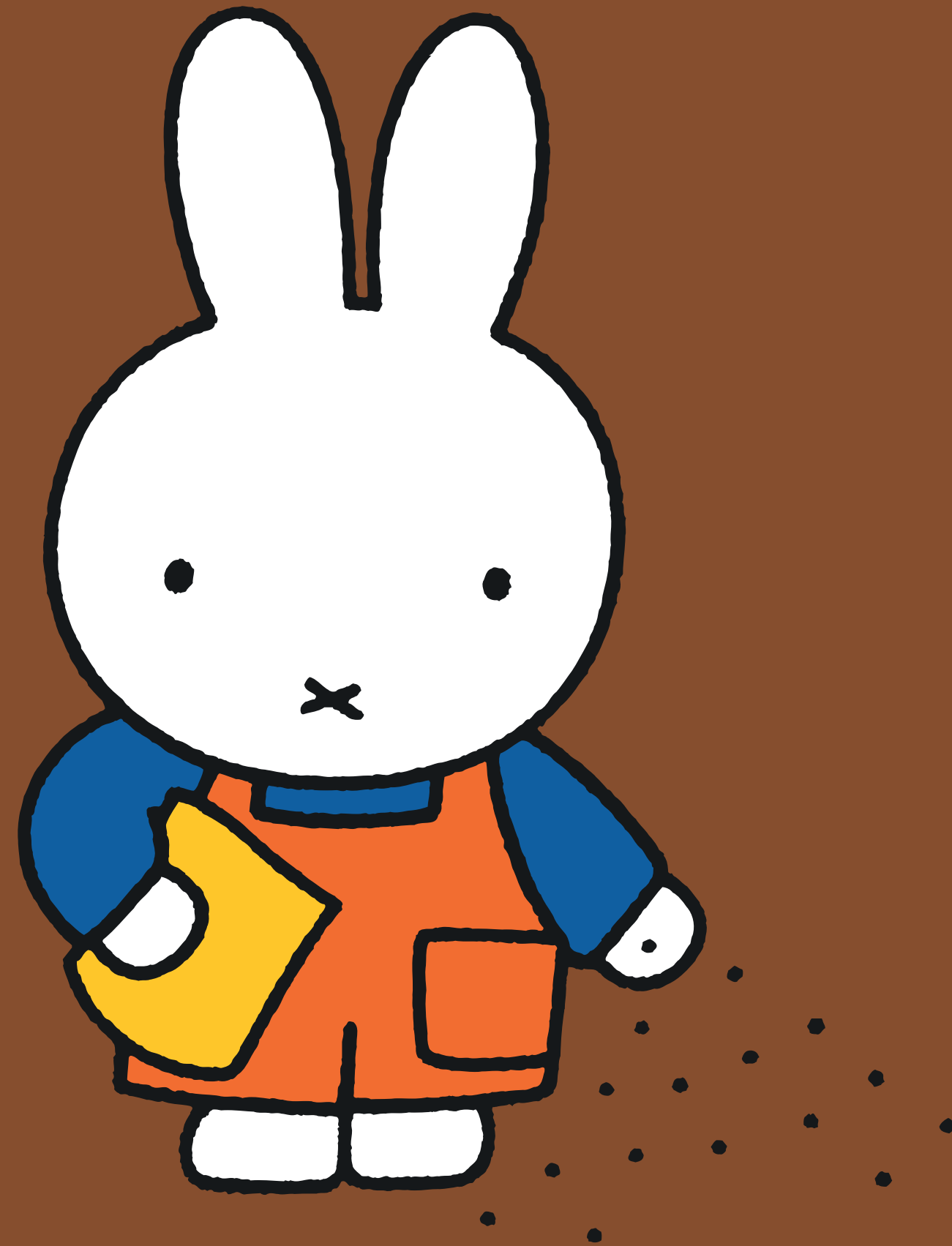
½ tl komijnzaad

6 el pindakaas

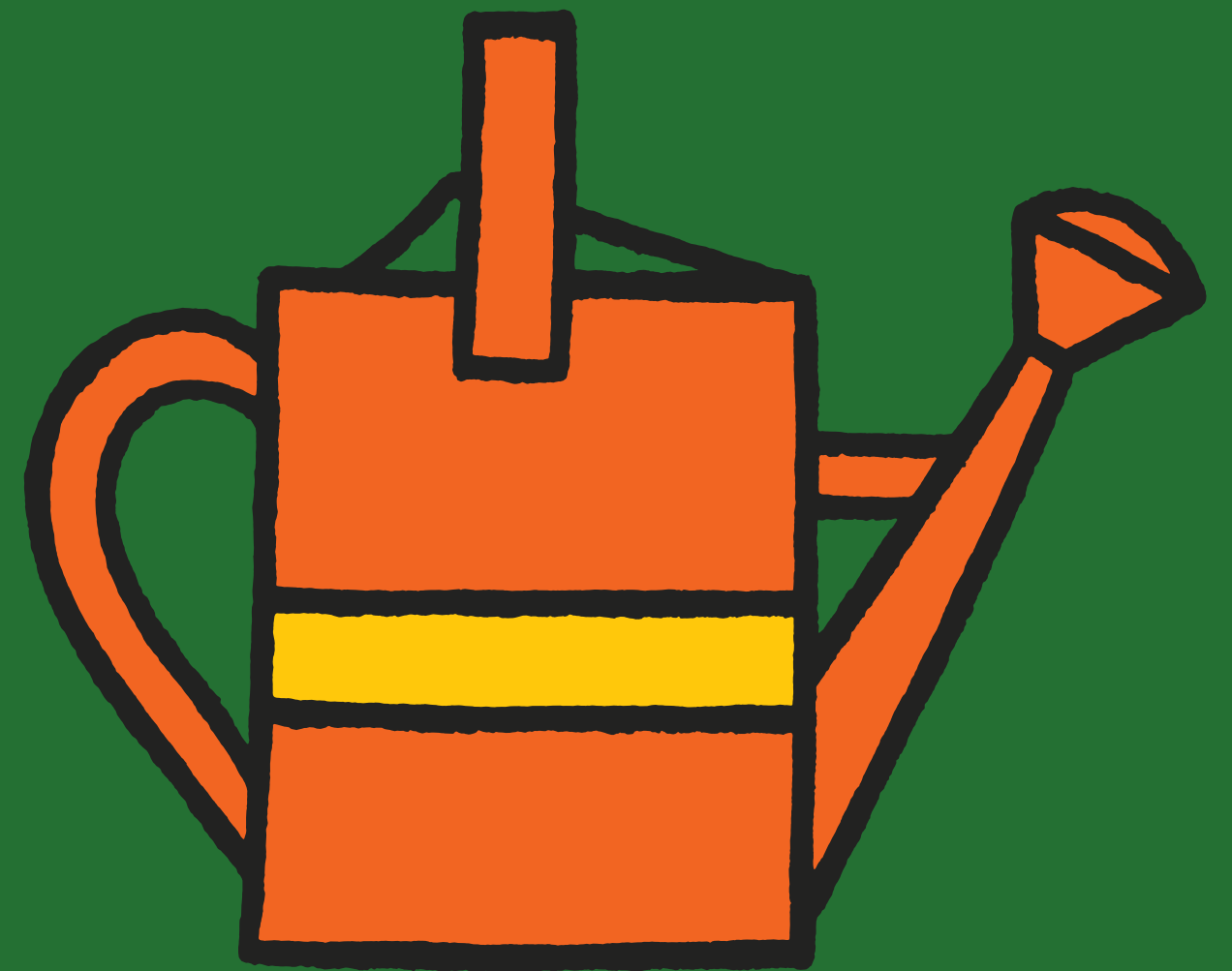
3 el ketjap

100 ml kokosmelk

optioneel: sambal



ze plant wortelzaadjes



en geeft de zaadjes water