



Bron: [Amanprana.eu](https://amanprana.eu) | Chef: 2 | ©2

# Garniture à l'artichaut, au maïs et aux olives

## Ingrediënten

- 100 g Noix de cajou
- 100 g Olives noires sans noyau
- 100 g Maïs
- 100 g Cœurs d'artichaut
- 1 Gousse d'ail
- ½ cuiller à soupe Epices (mélange ORAC Botanico Amanprana, épicé)
- 1 cuiller à café Fleur de sel (fleur de sel Khoisan)
- Selon les goûts Huile d'olive (Hermanos Catalan extra vierge Amanprana)

## Extra info

---

### Recept geschikt voor:

6 porties

### Moeilijkheid:

### Vorbereidingstijd:

minuten

### Bereidingstijd:

10 minuten

### Totale bereiding:

10 minuten

## Gebruikte producten

---

De **Amanprana producten** die gebruikt zijn bij het maken van garniture à l'artichaut, au maïs et aux olives

## Bereiding

Passer tous les ingrédients dans un mixeur à faible vitesse. Ajouter ensuite l'huile d'olive progressivement jusqu'à l'obtention d'une masse crémeuse. Mixer alors à haute vitesse puis enclencher la fonction 'pulsion' quand la crème est trop dense pour les lames. Réserver la crème de cajou, artichaut, maïs et olives dans un verre et servir avec du pain ou des toasts, en trempette ou en garniture.

## Speciale wensen

---

- [Végétarien](#)
- [Végétalien](#)