



Bron: [Amanprana.eu](https://amanprana.eu) | Chef: [Hèlen Beliën](#) | Foto: Jackie Boromeo | ©Hèlen Beliën

Spicy broccoli

Ingrediënten

3 middelgrote stronken broccoli

Saus

- ½ kop amandelboter
- 1 eetl kokosolie extra virgin Aman Prana
- 1 theel Okinawa Omega Happy Delight
- 2 cm vers geraspte gember
- sap van 1 limoen/citroen
- 1 theel Himalaya zout
- 1 eetl witte miso
- 2 eetl shoyu
- ½ verse chili peper 2 eetl rauwe agave siroop

Extra info

Recept geschikt voor:

4 personen

Moeilijkheid:



Vorbereidingstijd:

20 minuten

Bereidingstijd:

0 minuten

Totale bereiding:

20 minuten

Gebruikte producten

De **Amanprana producten** die gebruikt zijn bij het maken van spicy broccoli

Bereiding

Was de broccoli en snij er grove roosjes van.

Pulse blend de roosjes in de Magimix.

Maal de broccoli niet te fijn en niet te grof.

Blend alle saus ingrediënten in de Magimix tot een gladde saus.

Meng de saus door de broccoli.

Speciale wensen

- [Lactosevrij](#)
- [Vegetarisch](#)
- [Veganistisch](#)
- [Raw food](#)