



## Boodschappenlijst

Buddha bowl met geroosterde kikkererwten

Voor 2 porties

- 1 blik kikkererwten (400 g, uitgelekt gewicht ca. 240 g)
- 1 zoete aardappel (ca. 300 g)
- 100 g quinoa
- 80 g jonge spinazie
- 1 rijpe avocado
- 1 wortel
- 1/4 rode kool (klein, ca. 150 g)
- 2 el olijfolie
- 1 kl komijnpoeder
- 1 kl paprikapoeder
- zout en versgemalen peper
- 2 el tahin
- 1 el citroensap
- 1 teentje knoflook
- 2 tot 4 el water om te verdunnen