



## Boodschappenlijst

Chakalaka (Zuid-Afrikaanse groentenrelish)

Voor 6 porties

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> 3 el zonnebloemolie                           | <input type="checkbox"/> 2 wortelen (ca. 200 g), grof geraspt                        |
| <input type="checkbox"/> 2 uien, fijn gesnipperd                       | <input type="checkbox"/> 1 rode paprika, in fijne reepjes                            |
| <input type="checkbox"/> 2 teentjes look, geperst                      | <input type="checkbox"/> 1 groene paprika, in fijne reepjes                          |
| <input type="checkbox"/> 2 el currypoeder                              | <input type="checkbox"/> 400 g gepelde tomaten in blokjes (blik)                     |
| <input type="checkbox"/> 1 kl gemberpoeder                             | <input type="checkbox"/> 400 g bruine of witte bonen (blik), afgespoeld en uitgelekt |
| <input type="checkbox"/> 1 rode chilipeper, fijn gesneden (naar smaak) | <input type="checkbox"/> zout naar smaak   |