

Ingrediënten en Recept

Preparé zonder vlees.
 1 bol mozzarella
 1/2 klein blikje tomatenpuree
 1 klein ajuintje
 Scheutje olijfolie
 Peper & zout
 Beetje gedroogde look (lookpoeder)
 Beetje peterselie.
 Dit alles in de blender pureren.
 Pasta met 2 dikke lepels kapertjes mengen.
 Afwerken met agurken in stukjes gesneden.



Bron



Met dank aan Magda Piens
 En de groep



<https://www.facebook.com/photo.php?fbid=1859832924035871&set=p.1859832924035871&type=3&theater&ifg=1>
<https://www.facebook.com/photo.php?fbid=10215301955213221&set=gm.1011821898971097&type=3&theater>

Info


Recept dubbel gemaakt, met ½ ui, de rest verdubbeld

Fotos



Gelijkaardig

<http://tupperjoyce.blogspot.be/2011/05/vegetarische-prepare.html>



Tupperware nieuws

zaterdag 28 mei 2011

Vegetarische preparé

Ingrediënten:
1 bolletje mozzarella eventueel light, 1 teentje look, 1 klein blikje tomatenpuree, 5 druppels tabasco, peper en zout, (naar smaak) handvol verse basilicum (of 4druppels essentiële olie basilicum), toastjes,

Benodigheden:
Quick Chef, Turbo chef, Siliconen Spatel Smal, Blikopener, Kruidenmolen, Lookpers Magic

Bereiding
Mozzarella afdrogen en met het teentje look (persen in de lookpers) fijn malen in de Quick Chef of Turbo Chef
blikje tomaten openmaken met de blikopener
basilicum (goed droog) hakken in de Turbo Chef of 4 druppels EO Basilicum toevoegen
kruiden
tabasco bijvoegen
alles nog eens mengen in de Quick Chef
toastjes beleggen.

ook lekker bij pasta

Gepost door [Joyce](#)