



Сметанний соус з карі

Всього: 5 хв · Підготовка: 5 хв · 2 порцій · Легко · Соуси та заправки

Вегетаріанське

Без глютену

ІНГРЕДІЄНТИ

170 г Сметана

15 г Приправа карі

15 г Мед

за смаком Гострий перець

1 г Кунжут (для подачі)

за смаком Сіль та перець мелений

ІНСТРУКЦІЇ

- 1 Підготуйте інгредієнти. (Гострого перцю можна взяти дрібку, якщо не любите гостре.)
- 2 У мисці змішайте сметану, порошок карі та мед і перець.
- 3 Приправте суміш сіллю на смак.
- 4 Подавайте, посипавши кунжутом.

Харчова цінність на порцію: 206 ккал · Білки 3.0 г · Жири 18.0 г · Вуглеводи 12.0 г · Клітковина 4.1 г