

---

IRIS DAEMS

<https://www.irisdaems.be>

Grensstraat 24, 2580 Putte & Damstraat 88, 1982

Weerde

0486 27 81 10

RECEPT Sushi met broccolipuree, avocado en rode paprika

### Ingrediënten

- 500 g broccoli
- 1 à 2 eetlepels kruidenkaas
- 4 norivellen
- 1 avocado
- 1 rode paprika
- sesamzaadjes
- knoflookpeper
- sojasaus

### Bereidingswijze

1. Kook 1 broccoli in gezouten water. Laat afkoelen
2. Meng met 2 eetlepels kruidenkaas
3. Goed fijnstampen.
4. Neem 1 norivel
5. Leg er de broccolicreme op
6. Leg er dunne reepjes rode paprika en avocado op.
7. Rol op snijd in rolletjes.
8. Werk af met knoflookpeper en sesamzaadjes
9. Serveer met sojasaus
10. Enjoy en relax

### WIST JE DAT

Norivellen veel jodium bevatten. Zet dit regelmatig op de menu als je weinig brood eet