



ess'pri

## Cashew - Frischcreme

- 200 g Cashewkerne
- 50 g Alpro Soya Joghurt
- 1 Stange Frühlingszwieben **oder** 1 Bnd. Petersilie
- 1,5 TL Salz (Rauchsalz gibt deftigen Geschmack!)
- 1/4 TL Pfeffer
- 1 EL Zitronensaft
- 1 TL Paprika de la Vera (geräuchertes P.pulver)

1. Cashewkerne ca. 2 Std. in Wasser einweichen.
2. Frühlingszwiebel (Petersilie abgezupft) in Stückchen in den Mixtopf geben und **2 Sek / Stufe 8** zerkleinern.  
UMFÜLLEN!
3. Cashewkerne in den Mixtopf geben und **20 Sek / Stufe 8** pürieren.
4. Mit dem Spateln nach unten schieben und wiederholen.
5. Restliche Zutaten in den Mixtopf geben und **1 Min / Stufe 3** vermischen.
6. Abschmecken!

impulsive speisewerke

kirsten reiher, 0157 37257484, kirstenreiher@aol.com

thermomix®



ess'pri

impulsive speisewerke  
kirsten reiher, 0157 37257484, [kirstenreiher@aol.com](mailto:kirstenreiher@aol.com)  
thermomix®