



## Sos maple-tahini

★★★★★(2)

15 minut

2 osoby

łatwy

### Wartości odżywcze

**210 kcal** / 1 porcję (53 g)

na 100g potrawy % - dzienne zapotrzebowanie

Kaloryczność <b>397.24 kcal</b> 19.86%	Białko <b>15.73 g</b> 31.46%	Węglowod. <b>6.86 g</b> 2.54%	Tłuszcze <b>33.23 g</b> 47.47%	Błonnik <b>6.69 g</b> 26.76%	<b>GDA</b> <b>19.86%</b>
--	------------------------------------	-------------------------------------	--------------------------------------	------------------------------------	-----------------------------



### Składniki

- Tahini - 60g (5 łyżek stołowych)
- Ocet jabłkowy - 6g (2 łyżeczki)
- Syrop klonowy - 5g (łyżeczka)
- Woda ciepła - 30g (¼ szklanki)
- Sól o obniżonej zawartości sodu - 0.5g (szczypta)
- Pieprz czarny - 4g (4 szczypty)



### Sposób przyrządzenia

**KROK 1:** W małej miseczce połącz tahini, ocet jabłkowy, syrop, ciepłą wodę, sól i pieprz. Dokładnie wymieszaj.

\*Gdy sos jest zbyt gęsty dodaj nieco ciepłej wody.

\*\* Sos idealnie smakuje dodany jako dip do sałatek.

Smacznego!

