

Ravintolapäivän reseptit (4 hengen annoksia)

Öljynä voit käyttää joko palmuöljyä tai rypsiöljyä.

Atassi

1 tölkki (400 g) esikypsennettyjä eli valmiita papuja (esim. mustasilmäpapu, kidneypapu)
3 dl kypsentämätöntä riisiä
öljyä
chilijauhetta
suolaa

Keitä riisi paketin ohjeen mukaan kypsäksi. Huuhtelevat pavut. Lisää pavut ja mausteet. Chilinä voit käyttää chilijauhetta tai kuivattua chiliä.

Sipulikastike

3 sipulia
öljyä
suolaa

Silppua sipuli. Paista runsaassa öljyssä.

Maapähkinävoikastike

1 iso tölkki (500 g) paseerattua tomaattia
 $\frac{1}{3}$ - $\frac{1}{2}$ tölkki (100-300 g) maapähkinävoita
1 kasvisliemikuutio
1 sipuli
1 chili
suolaa

Keitä kattilassa paseerattua tomaattia liemikuution kera jonkin aikaa, jotta liika neste haihtuu. Lisää maapähkinävoita, chili ja suola. Silppua ja paista sipuli. Lisää joukkoon.