Salsa Vegana

La salsa de verdures és divertida de fer, però requereix la vostra atenció, així que assegureu-vos de tenir tota la resta abans de preparar-la. També podeu fer-ho una mica abans, després simplement escalfar-lo, batre i abocar-lo.

Vegana, sense gluten

Per 4-6 persones
Temps: 30 minuts
Ingredients:

- 1/2 tassa d’oli d’oliva
- 1/3 tassa d’escalunyes o ceba picades
- 5 grans d’all picats
- 1/2 tassa de farina sense gluten per a tot ús
- 4 cullerades de salsa de soja lleugera sg.
- 2 tasses de brou de verdures
- 1/2 culleradeta de sàlvia seca
- 1/2 culleradeta sal
- 1/4 culleradeta de pebre negre mòlt

Elaboració:

PAS 1: Escalfeu l’oli d’oliva en una cassola mitjana a foc mitjà. Sofregiu les escalunyes/ceba i els alls fins que estiguin suaus i translúcids, uns 5 minuts.

PAS 2: Incorporeu la farina i la salsa de soja per formar una pasta llisa.

PAS 3: Incorporeu-hi el brou a poc a poc.

PAS 4: Condimentar amb sàlvia, sal i pebre.

PAS 5: Porta a ebullició. Reduïu el foc i cuini a foc lent, remenant constantment, de 8 a 10 minuts, o fins que espesseixi.

Bon profit!

LA MEVA CUINA