



Makreel Spread

DIRECTIONS:

Haal al het visvlees los van de filet en doe over in een kommetje, dit kun je makkelijk doen door met een vork het visvlees los te trekken.

Let wel goed op dat er geen graatjes in de kom terecht komen.

Als al het visvlees is verzameld voeg dan de sambal en ketchup toe en mix tot een spread.

Dit is heerlijk op een (paleo)cracker of (paleo)boterham met schijfjes komkommer voor de frisse hint.



INGREDIENTS:

1 hele **Gerookte Makreel**, hele of filets
1 eetlepel **Sambal Bakjak**
2 eetlepels **Ketchup (Liefst Biologische)**