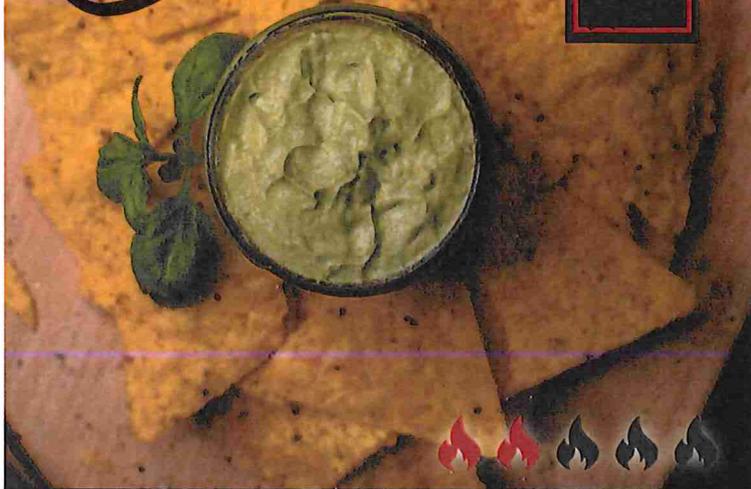




www.ryu-wasabi.com



2



WASABI GUACAMOLE

mit der RYU Wasabi Paste



2 Portionen



einfach



keine Wartezeit



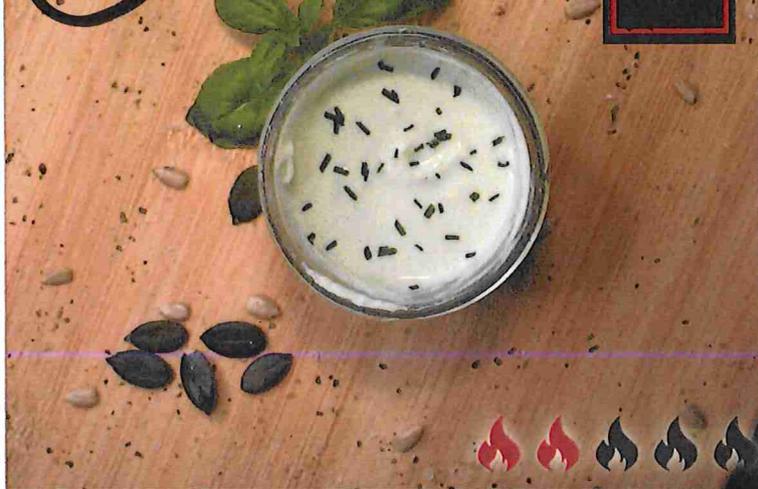
15 Minuten



www.ryu-wasabi.com



1



WASABI AUFSTRICH

mit der RYU Wasabi Paste



4 Portionen



sehr einfach



keine Wartezeit



10 Minuten



www.ryu-wasabi.com



4



WASABI HUMMUS

mit der RYU Wasabi Paste



2 Portionen



(sehr) einfach



keine Wartezeit



10 Minuten



www.ryu-wasabi.com



3



VEGANE WASABI MAYONNAISE

mit der RYU Wasabi Paste



4 - 8 Portionen



sehr einfach



keine Wartezeit



5 - 10 Minuten

Zutaten

- 100 g Topfen oder Frischkäse
- 50 g Crème fraîche oder Sauerrahm
- **15 g RYU Wasabi Paste**
(Menge nach Belieben variierbar)
- Etwas Salz
- Optional: 1/2 Knoblauchzehe fein gehackt oder frischer Schnittlauch

Zubereitung

1. Den Topfen/Frischkäse, die Crème fraîche und die **RYU Wasabi Paste** in eine Schüssel geben und gut verrühren, bis eine cremige gleichmäßige Masse entsteht.
2. Das Ganze mit einer Prise Salz abschmecken.
3. Optional kann man den Aufstrich mit Knoblauch oder Schnittlauch verfeinern.
4. Aufstreichen und genießen.



Zutaten

- 1 Avocado
- 1 Knoblauchzehe, geschält
- **15 g RYU Wasabi Paste**
(Menge nach Belieben variierbar)
- Saft und Schale einer Limette
- Etwas Salz
- Optional: 1/2 Zwiebel und 1/2 Tomate, fein gewürfelt

Zubereitung

1. Die Avocado schälen und entkernen. Danach die Avocado etwas zerkleinern und in eine Schüssel geben.
2. Eine Limette auspressen und den Saft und die Schale hinzugeben.
3. Nun nur noch die Knoblauchzehe und die **RYU Wasabi Paste** hinzugeben, cremig mixen und mit etwas Salz abschmecken.
4. Optional mit Tomaten- und Zwiebelwürfeln verfeinern.



Zutaten

- 50 g Sojamilch
- 100 g Rapsöl
- 20 g Senf
- 20 g Reissessig oder Weißweinessig
- **20 g RYU Wasabi Paste**
(Menge nach Belieben variierbar)
- Etwas Salz

Zubereitung

1. Die Sojamilch, den Senf und das Rapsöl in einen Messbecher geben.
2. Danach den Reissessig beziehungsweise den Weißweinessig und die **RYU Wasabi Paste** in den Messbecher hinzugeben.
3. Das Ganze am besten mit einem Stabmixer mixen.
4. Es sollte eine homogene (gleichmäßige) Masse entstehen.
5. Das Ganze mit etwas Salz verfeinern.



Zutaten

- 250 g Kichererbsen, abgetropft
- 1 Knoblauchzehe
- 40 g Olivenöl
- 60 g Tahina (Sesammus)
- **25 g RYU Wasabi Paste**
(Menge nach Belieben variierbar)
- Saft einer Zitrone
- Etwas Salz

Zubereitung

1. Die Kichererbsen aus der Dose durch ein Sieb abgießen und dabei das Kichererbsenwasser auffangen und beiseitestellen.
2. Die Kichererbsen zusammen mit der **RYU Wasabi Paste** und den anderen Zutaten in eine Schüssel geben und gut mixen, bis eine feine Paste entsteht.
3. Sollte der Hummus zu dick sein, einfach das Kichererbsenwasser hinzugeben, bis die Konsistenz passt.

