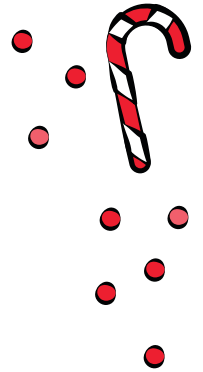
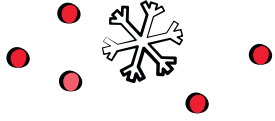


# FRIETJE VREDE

Mmm.. Lekker!

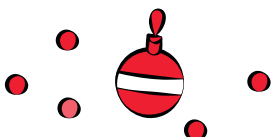


## Ingrediënten (6 personen)

- 3 oerwortels, oranje, geel en paars
- 1 komkommer
- 1 rode paprika
- 1 gele paprika
- Kikkererwten (± 265 g)
- 60 ml citroensap
- 20 g tahini (sesampasta)
- 2 tenen knoflook, geperst
- 1/2 tl zout
- 30 ml olijfolie
- 1/4 bos peterselie

## Bereiden

1. Snijd wortel, komkommer en paprika in dikke lucifers van 6 cm.
2. Spoel de kikkererwten af onder de koude kraan, laat ze uitlekken en maal ze in de keuke machine fijn met citroensap, tahini, knoflook, olijfolie, zout en wat uitlekvocht van de kikkererwten tot een homogene massa. Laat 15 minuten staan en breng op smaak met zout en peper.
3. Vouw kleine puntzakjes van papier, zet vast met een stukje plakband of en serveer hier de groenten met de hummus in.



## Wist je dat?

Vrede maakt van alles mogelijk. Naar school gaan, spelen met je vriendjes en veilig over straat kunnen lopen. Dat is voor ons normaal. Maar voor miljoenen kinderen wereldwijd is dat niet zo. Zij groeien op in een oorlog waar

zij zelf niks mee te maken hebben. Maar liefst 23 jaar geleden richtte Willemijn Verloop War Child op met het doel deze kinderen te helpen. Wat een kind hoort niet thuis in oorlog. Nooit!

