

Yoga & Ayurveda Health

« YAH » vzw

PAPADAM

Droog bereiden: De papadam voorzichtig boven een open vlam houden - gelijkmatig laten poffen zonder te verbranden ('t is een kunst!).

Even onder de grill kan ook (tijdig omdraaien)

In Olie: De papads eventjes goudbruin poffen in frituurolie à 180°C. Goed laten uitlekken.

Met mate verbruiken.

©: John Marchand, Belgium.

website: <http://www.yoga-ayurveda.org> email: ayurveda@pandora.be