

Luombe (*aus Uganda*)

Öl	in einer Pfanne erhitzen und eine
Prise Cayenne Pfeffer	30 Sekunden anrösten.
150g Erdnussbutter	und
1 EL Tomatenmark	in die Pfanne geben. Nach und nach
350ml Wasser	hinzufügen und gut verrühren. Für ein paar Minuten
Salz	köcheln lassen und mit würzen.

Ergibt: Für 4-5 Personen
Zubereitungszeit: 2 Minuten
Kochzeit: ca. 5 Minuten