

ZUURKOOKKOEKJE MET GARNALEN EN BIESLOOKMAYONAISE



CATEGORIE HARTIGE GERECHTEN

BEREIDINGSTIJD 45 MINUTEN

AANTAL 4 PERSONEN

INGREDIENTEN

Voedingswaarden per persoon: 951 kcal*

- 1 fles Frituurolie Friet & Snacks
- 250 gram Zuurkool
- 60 gram Gruyère
- 200 gram Hollandse garnalen
- 1 stuk Granny Smith appel
- 1 stuk Tomaat
- 1 stengel Bleekselderij
- 2 eetlepels Crème fraîche
- 5 eetlepels Mayonaise
- 1/4 bosje Bieslook
- 375 gram Paneermeel
- 250 gram Bloem
- 4 stuks Eieren
- Rucola

BEREIDINGSWIJZE

- > Snijd bleekselderij in kleine blokjes en de appel in dunne reepjes. Rasp de Gruyère, snijd de bieslook fijn, verwijder de zaadlijsten uit de tomaat en snijd in kleine blokjes.
- > Spoel de zuurkool met koud water en knijp goed uit. Meng met 2 eieren, de Gruyère en 75 gram paneermeel en breng op smaak met peper en zout. Voeg wat extra paneermeel toe als het mengsel te nat is.
- > Meng de Hollandse garnalen met de crème fraîche, de tomatenblokjes en de bleekselderij en breng op smaak met peper en zout. Meng de mayonaise met de bieslook.
- > Verhit de frituurpan (of een hoge pan met dikke bodem) met Frituurolie Friet & Snacks tot 175 °C. Klop 2 eieren los in een kom, doe de bloem in een aparte kom en de overige paneermeel in weer een andere kom. Vorm platte koekjes van het zuurkoolmengsel en leg in de bloem. Haal vervolgens door het losgeklopte ei en daarna door het paneermeel. Frituur de koekjes tot ze goudbruin zijn.
- > Leg een beetje rucola op een bord en daarop een zuurkoolkoekje. Verdeel wat van de garnalensalade over de koekjes en maak het gerecht af met dunne reepjes appel. Serveer met de bieslookmayonaise.

Voedingwaarde* 951 kcal (3991 kJ)

Eiwitten	39 g
Koolhydraten	120 g
- waarvan suikers	12 g
Vet	34 g
- waarvan verzadigd	8 g
Vezels	6 g

* Geschatte voedingswaarde per persoon