



Pakora van courgette met sinaasappelsalade en tandooridip



30-40min



2 personen

Voor elke vegetariër is de Indiase keuken een goudmijntje. Vandaag maken we een variatie op de populaire pakora: een gefrituurd hapje dat door een beslag van kikkererwtenmeel en kurkuma wordt gehaald. Erbij krijg je een fruitige salade met sinaasappel en een kruidige tandoori-masalayoghurtsaus om in te dippen. Eet smakelijk!

Wat je van ons krijgt

- 1 rode ui
- 1 courgette
- 150g kikkererwtenmeel
- 1 zakje kurkumapoeder
- 2 zakjes garam masala
- 1 kuipje yoghurt⁷
- 1 zakje tandoori masala
- 2 kroppen babyromanasla
- 1 onbehandelde sinaasappel
- 10g verse kruidenmix: koriander en munt

Wat je thuis nodig hebt

- 2el tomatenketchup
- 45g bloem¹
- peper en zout
- plantaardige olie
- azijn

Kookgerei

- grote koekenpan
- keukenweegschaal
- garde
- keukenrasp

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

gluten (1), melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 611kcal, vet 35.8g, koolhydraten 56.0g, eiwit 13.9g



1. Groenten voorbereiden

Halveer, pel en snijd de **ui** in dunne reepjes. Rasp de **courgette** grof en druk in een zeef er zoveel mogelijk vocht uit.



4. Salade voorbereiden

Snijd de **babyromanasla** in hapklare stukken, verwijder de stonk. Schil de **sinaasappel**, verwijder ook het witte deel, en snijd het **vruchtvlies** in partjes. Hak de **koriander incl. steeltjes** grof. Pluk de **muntblaadjes** en snijd ook grof.



2. Beslag maken

Meng **50g kikkererwtenmeel** met 45g bloem, het **kurkumapoeder**, de **garam masala**, ½tl zout en een snuf peper. Voeg 130ml water toe en klop tot een glad **beslag**. Roer de **ui** en **courgetterasp** erdoor.



5. Pakora's bakken

Verhit een dunne laag plantaardige olie in een grote koekenpan op medium tot hoog vuur. Schep met een grote lepel **porties beslag** in de pan en druk het iets plat. Bak de **pakora's** ca. 3min per kant tot ze goudbruin en knapperig zijn. Laat uitlekken op keukenpapier en bestrooi met peper en zout. Herhaal met de **rest van het beslag**.



3. Dip maken

Meng de **yoghurt** met 2el ketchup en de **tandoori-masalakruiden**. Breng de **dip** op smaak met zout en peper.



6. Salade afmaken

Klop een **dressing** van 2el plantaardige olie, 2el azijn en een flinke snuf zout. Hussel de **sla** en **sinaasappel** om met de **dressing** en de **gehakte kruiden**. Serveer de **pakora's** met de **salade** en de **dip**.