



## **Pakora van courgette** met tandooridip en sinaasappelsalade



30-40min



2 personen

Voor elke vegetariër is de Indiase keuken een goudmijntje. Vandaag maken we een variatie op de populaire 'pakoras': een gefrituurd hapje wat door een beslag van kikkererwtenmeel en kurkuma wordt gehaald. Daarnaast krijg je een fruitige salade met sinaasappel en een pittige yoghurtsaus om in te dippen. Eet smakelijk!

## Wat je van ons krijgt

- 1 rode ui
- 1 courgette
- 1 pakje kikkererwtenmeel
- 1 zakje kurkumapoeder
- 1 zakje garam masala
- 1 kuipje yoghurt <sup>7</sup>
- 1 zakje tandoori masala
- 1x babyromanasla
- 1 sinaasappel
- 10g verse kruidenmix: koriander & munt

## Wat je thuis nodig hebt

- tomatenketchup
- bloem <sup>1</sup>
- peper en zout
- plantaardige olie
- azijn

## Kookgerei

- grote koekenpan
- keukenweegschaal
- garde of staafmixer
- keukenrasp
- zeef
- maatbeker

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 629kcal, vet 43.1g, koolhydraten 47.6g, eiwit 12.8g



### 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 **kropjes sla** in hapklare stukken. Schil de **sinaasappel** en snijd 'm in partjes. Hak de **muntblaadjes** en de **koriander incl. steeltjes** grof.



### 2. Beslag maken

Meng **50g kikkererwtenmeel** met 2-3el bloem (ca. 45g), het **kurkumapoeder**, de **garam masala** en 1/2tl zout. Voeg 130ml water toe en klop tot een glad **beslag**. Roer er de **ui** en **courgetterasp** door.



### 5. Fritters voorbereiden

Verhit een laag plantaardige olie in een grote koekenpan op middelhoog vuur. Schep met een grote lepel **porties beslag** in de pan en druk zet iets platter. Bak de **pakora's** ca. 3min per kant tot ze goudbruin en knapperig zijn. Leg op een stuk keukenpapier en bestrooi met peper en zout. Herhaal deze stap tot het **beslag** op is.



### 3. Dip maken

Meng de **yoghurt** met 2el ketchup, de **tandoorikruiden** en een snuf peper en zout.



### 6. Fritters voorbereiden

Klop een **dressing** van 1-2el plantaardige olie, 1-2el 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**.