



Knapperige gepaneerde garnalen

met aardappelsalade en tomatensalsa



30-40min



2 personen

Garnalenfans verzamelt u! Vandaag gaan we voor anders dan anders en bedek je de malse zeevruchten met een heerlijk krokant laagje. Je serveert er fijne aardappelsalade bij en maakt het helemaal af met een tomatensalsa. Genieten!

Wat je van ons krijgt

- 1 zakje kruimige aardappels
- 2 tomaten
- 1 rode ui
- 1 chilipeper
- 1 komkommer
- 1 zakje goulashkruiden
- 1x garnalen (ontdooit)³
- 50g panko¹

Wat je thuis nodig hebt

- 2el tomatenketchup
- 1½el grove mosterd²
- 4el bloem¹
- peper en zout
- honing of suiker
- plantaardige olie
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- middelgrote kookpan
- grote koekenpan
- staafmixer met beker
- maatbeker
- vergiet

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

Allergenen

gluten (1), mosterd (2), schaaldieren (3). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 858kcal, vet 46.1g, koolhydraten 84.9g, eiwit 26.0g



1. Aardappels koken

Breng ruim gezouten water voor de **aardappels** aan de kook in een middelgrote kookpan. Halveer de **aardappels incl. schil** en snijd grotere exemplaren in vieren. Voeg ze toe aan het kokende water en kook ze in 15-20min gaar. Giet af in een vergiet en laat afkoelen.



4. Garnalen voorbereiden

Meng 4el bloem en een snuf zout met 60-70ml water tot een glad **beslag**. Strooi het **paneermeel** in een diep bord. Spoel de **garnalen** in een zeef af met koud water en dep goed droog met keukenpapier. Haal de **garnalen** eerst door het **beslag** en dan door het **paneermeel**. Druk de **paneerlaag** een beetje aan.



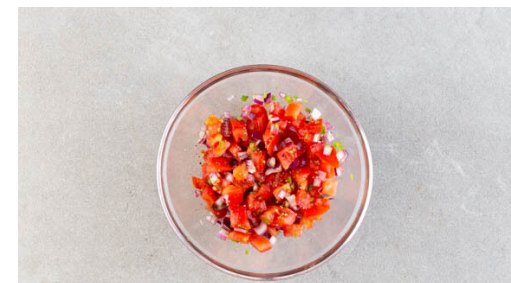
2. Groente snijden

Verwijder de harde kern van de **tomaten** en snijd in grove stukken. Pel de **ui** en snipper fijn. Snijd de **peper** in lengte doormidden en dan in heel dunne reepjes. **Tip:** verwijder de zaadlijsten om het gerecht minder scherp te maken. Snijd de **komkommer** in de lengte doormidden en dan in dunne plakken.



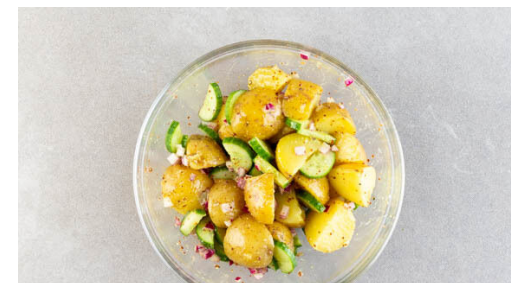
5. Garnalen bakken

Verhit een grote koekenpan op middelhoog vuur met een laag plantaardige olie van ca. 1cm. Bak de **garnalen** 4-5min in de hete olie, tot ze rondom goudbruin en gaar zijn. Laat ze uitlekken op wat keukenpapier en kruid ze met een snuf zout.



3. Salsa maken

Doe de **tomaat**, **1tl ui**, 2el ketchup, **1-2tl kruidenmix** en **chilipeper naar smaak** in een hoge (maat)beker en pureer tot een **salsa**. Breng op smaak met 1el olijfolie en een snuf peper en zout.



6. Aardappelsalade maken

Snijd de **aardappels** in hapklare stukken. Klop een **dressing** van 1½el grove mosterd, 2el olijfolie, 2el azijn, 2el water, 1tl suiker of honing, de **rest van de ui** en een snuf peper en zout. Meng de **dressing** met de **aardappels** en **komkommer** en breng evt. verder op smaak met peper en zout. Serveer de **garnalen** met de **aardappelsalade** en de **tomatensalsa**.