



Crispy aubergineschnitzels

met teriyaki en wasabi-aardappeltjes



30-40min



2 personen

Dat deze Duitse klassieker helemaal niet met vlees gemaakt hoeft te worden, bewijst de aubergineschnitzel van vandaag. Goudbruine plakken vol smaak en crunch, met erbij een heerlijke lauwwarme aardappelsalade. De teriyakisaus zorgt voor een kick.

Wat je van ons krijgt

- 2 aubergines
- 500g krieltjes
- 1 pakje tarwebloem ¹
- 1 zakje paneermeel ¹
- 1x babyromanasla
- 1 bosui
- 1 zakje sojasaus ^{1,6}
- 1 zakje wasabi
- 1 zakje teriyakisaus ^{1,6}
- 1 zakje mayonaise ^{10,12}

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- azijn
- plantaardige olie

Kookgerei

- waterkoker
- middelgrote kookpan
- vergiet
- grote koekenpan
- maatbeker
- garde

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

Kooktip

De olie is heet genoeg als deze begint te bruisen zodra je er een houten lepel in steekt of er een beetje paneermeel in laat vallen.

Allergenen

gluten (1), soja (6), mosterd (10), zwaveldioxide en sulfieten (12). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 871kcal, vet 41.5g, koolhydraten 107.9g, eiwit 15.4g



1. Aubergines snijden

Breng ruim water in een waterkoker aan de kook. Snijd de **aubergines** in de lengte in dikke plakken. Bestrooi ze aan beide zijden met een snufje zout.



4. Aubergine frituren

Dep de **aubergine** droog. Wentel de plakken om de beurt door het **beslag** en vervolgens door het **paneermeel**. Controleer of de olie heet genoeg is (**zie tip, links**) en leg de **aubergine** voorzichtig in de pan. Bak ze in 2-3min zijde gaar en goudbruin. Zet het vuur iets lager als het **paneermeel** te donker wordt. Leg de plakken op een stuk keukenpapier om uit te laten lekken.



2. Krieltjes koken

Snijd de **krieltjes** doormidden. Doe het gekookte water met 1/2tl zout in een middelgrote kookpan en breng het water opnieuw aan de kook. Voeg de **krieltjes** toe en kook ze in 10-15min beetgaar. Giet af en laat in een vergiet uitstomen.



5. Salade maken

Snijd **1 kropje sla** in grove stukken. Snijd de **bosui** schuin in dunne ringen. Meng de **sla** en **bosui** met de **krieltjes**. Gebruik **meer sla** bij grote trek.



3. Paneren voorbereiden

Verhit een flinke laag olie in een grote koekenpan. Klop de **bloem**, 175-200ml water, 1/4tl zout en een snuf peper tot een glad **beslag**. Verdeel het **paneermeel** over een bord of ovenschaal.



6. Dressing maken

Maak een **dressing** van de **sojasaus**, 1el azijn, de **wasabi** en 2el water. Roer tot de **wasabi** is opgelost en voeg dan de **dressing** aan de **salade** toe. Schep om en breng op smaak met peper en zout. Meng de **mayonaise** met de **teriyaki** naar wens. Serveer de **aubergineschnitzels** met de **teriyakimayo** en aardappelsalade.