



Pakora van courgette met sinaasappelsalade en tandooridip



30-40min



2 personen

Voor de vegetariër is de Indiase keuken een goudmijntje. Vandaag maken we een variatie op de populaire pakora: een gefrituurd hapje van een beslag van kikkererwtenmeel en kurkuma. Daarnaast maak je een fruitige salade met sinaasappel en een kruidige tandoori masala-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 ⁷
- 1 zakje tandoori masala
- 1x babyromanasla
- 1 sinaasappel
- 10g verse kruidenmix: koriander en munt

Wat je thuis nodig hebt

- tomatenketchup
- bloem ¹
- peper en zout
- plantaardige olie
- azijn

Kookgerei

- grote koekenpan
- keukenweegschaal
- garde of staafmixer
- 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 604kcal, vet 35.8g, koolhydraten 54.6g, 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 stuken, verwijder de stonk. Schil de **sinaasappel**, verwijder ook het witte deel, en snijd het **vruchtvlees** in partjes. Hak de **koriander incl. steeltjes** grof. Pluk de **muntblaadjes** en snijd ook 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. Pakora's bakken

Verhit een 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. 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 en de **tandoori masala kruiden**. Breng de **dip** op smaak met zout en peper.



6. Salade afmaken

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**.