



Bloemkoolkrokantje

1 stronk = 1 portie

Tip: Dit recept kun je ook maken met andere stevige groenten, bijvoorbeeld een brocolistronk, wortels, bimi, asperges, zoete aardappel: noem maar op!

Ingrediënten

Bloemkoolstronken, in 4 lange stukken gesneden

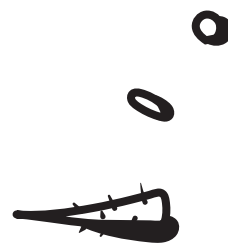
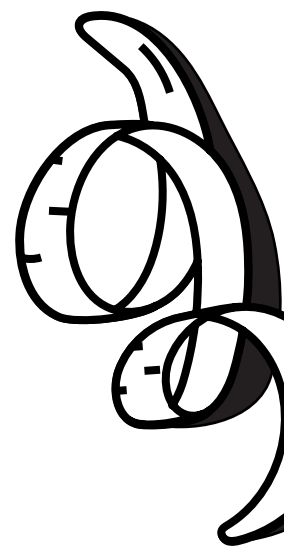
50 gram maizena

35 gram bloem

10 gram (2 eetlepels) rijstbloem (of 10 gram extra maizena)

1 theelepel (3 gram) bakpoeder

125 ml koud bruiswater





Bloemkoolkrokantje

1 stronk = 1 portie

Zo maak je het bloemkoolkrokantje:

- Kook de stukken stronk in ongeveer 5 minuten beetgaar in kokend water.
- Spoel de bloemkoolstronken af met koud water.
- Verwarm het frituurvet tot 180 graden.
- Meng de droge ingrediënten van het beslag door elkaar en voeg daarna het koude bruiswater toe. Roer goed door totdat je een glad beslag hebt.
- Dep de bloemkoolstronken droog met wat keukenpapier, wentel ze door het beslag en frituur ze 4 minuten.
- Laat ze uitlekken op een bord met wat keukenpapier (of een vergiet met wat keukenpapier) en dep het vet eraf.
- Breng op smaak met wat olijfolie en peper en zout.
- Meteen opeten is het lekkerst!

