



Bitterballen & Kroketten

Quinoa bietenballen

15-20 STUKS

🕒 60 minuten

DIT HEB JE NODIG:

voor de vulling

- 300 g gekookte quinoa
- 2 gekookte rode bieten
- 1 teentje knoflook
- 75 g feta
- 1 tl komijn
- ½ citroen, rasp en sap
- ½ bosje koriander
- 2 takjes munt

voor het paneerwerk

- 1 ei
- 150 g bloem
- 150 g paneermeel
- frituurolie

om te serveren

- yoghurt-koriander dip

MATERIAAL: platte schaal, plasticfolie, staafmixer, frituurpan,

ZO MAAK JE HET:

1. Pel en pers de knoflook.
2. Hak de koriander en munt fijn.
3. Verkruiemel de feta.
4. Pureer de bieten, de knoflook, de koriander, de munt, rasp- en sap van de citroen en het komijn tot een egale massa.
5. Roer de quinoa en de feta erdoor en breng op smaak met peper en zout.
6. Verdeel over een schaal en laat opstijven in de koelkast.
7. Maak balletjes van het mengsel en laat tenminste een half uur opstijven in de vriezer.
8. Kluts het ei.
9. Wentel de bietenballen door de bloem, vervolgens door het eimengsel en tot slot door het paneermeel.
10. Verwarm de frituurolie tot 180 °C.
11. Frituur de bietenballen in 4 minuten goudbruin en krokant.

BRON: diamant.nl

