



Fritters

Koreaanse mungbonen fritters - Bindaetteok

12 STUKS

🕒 30 minuten + 7 uur

DIT HEB JE NODIG:

voor het beslag

- 🍳 650 g mungbonen droog gewicht, geweekt en gepeld
- 🍳 360 ml water
- 🍳 1 tl fleur de sel

marinade voor het varkensvlees

- 🍳 ½ el knoflook, fijngehakt
- 🍳 1 el mirin
- 🍳 ½ el suiker
- 🍳 1 tl vissaus

voor de vulling

- 🍳 180 g varkensschouder, in kleine blokjes gesneden
- 🍳 180 g kimchi, uitgelekt en gesneden
- 🍳 120 g taugé, geblancheerd en uitgelekt
- 🍳 10 stengels lente-uitjes, in lange stukken
- 🍳 ½ el knoflook fijngehakt
- 🍳 6 groene delen van lente-uitjes

voor de afwerking en bakken

- 🍳 1 rode chilipeper in dunne plakjes
- 🍳 plantaardige olie, om in te bakken

MATERIAAL: koekenpan, schuimspaan, keukenpapier,

ZO MAAK JE HET:

Vorbereiding

1. Was de gedroogde mungbonen, zet ze vervolgens onder water en laat 6 uur in de koelkast weken.
2. Wrijf de geweekte bonen tussen je handpalmen zodat de velletjes loskomen.
3. Spoel en laat herhaaldelijk uitlekken tot de schilletjes weg zijn.
4. Laat de geweekte en gepelde mungbonen uitlekken.

Varkensvlees bereiden

5. Meng het in blokjes gesneden varkensvlees met knoflook, mirin, suiker en vissaus.
6. Bak het gemarineerde varkensvlees in een hete pan tot het gaar is en zet apart.

Groenten voorbereiden

7. Snijd de kimchi in staafjes van 3 cm bij 1 cm.
8. Blancheer de taugé 30 seconden in gezouten water, spoel ze in koud water en laat vervolgens uitlekken.
9. Snijd de lente-uitjes in stukken van 4 cm en houd een paar groene uiteinden apart voor de garnering.
10. Snijd de rode chilipeper in dunne plakjes.

Beslag bereiden

11. Maal een handvol mungbonen kort tot grove stukjes en zet apart voor extra bite.
12. Pureer de mungbonen met het water en de fleur de sel tot een licht korrelig beslag.
13. Giet het beslag in een kom.
14. Voeg de kimchi, de taugé, de lente-uitjes, de knoflook en het gebakken varkensvlees toe en meng goed.

Bakken

15. Verhit een koekenpan en voeg olie toe.
16. Leg een paar ringetjes rode chilipeper en wat kleine groene stukjes lente-ui in de hete olie.
17. Schep een pollepel beslag in de pan tot een dikke pannenkoek en bak tot de onderzijde goudbruin is.
18. Draai de fritter voorzichtig om en bak de andere kant tot hij goudbruin en krokant is.
19. Herhaal tot het beslag op is en serveer de fritters goed heet.

TIP: Is het beslag te dik, verdun het dan met een scheutje water.

BRON: marcwiner.com

