



Fritters

Groentebeignets in bierbeslag

🕒 40 minuten

DIT HEB JE NODIG:

- 🍷 200 g bloemkool, in roosjes
- 🍷 200 g kastanjechampignons, schoongeveegd
- 🍷 2 rode uien, in ringen
- 🍷 1 el gedroogde Italiaanse kruiden
- 🍷 1 ei, L (gesplitst)
- 🍷 200 g bloem
- 🍷 200 ml bier
- 🍷 1 teentje knoflook (geperst)
- 🍷 500 ml arachide- of zonnebloemolie

MATERIAAL: koekenpan, schuimspaan, keukenpapier,

ZO MAAK JE HET:

1. Blancheer de bloemkool 2 minuten in kokend water met zout.
2. Giet af en spoel onder koud water af.
3. Laat goed uitlekken.
4. Meng alle groenten in een kom met de Italiaanse kruiden, zout en peper.
5. Klop het eiwit in een brandschone kom stijf.
6. Klop in een andere grote kom de bloem en het bier door elkaar.
7. Klop de eidooier en knoflook erdoor tot een glad beslag en breng op smaak met zout en peper.
8. Spatel het eiwitschuim voorzichtig erdoor tot alles goed is gemengd.
9. Verhit intussen de olie in een hoge pan tot een druppel van het beslag direct gaat bruisen en blijft drijven.
10. Verwarm de oven voor op 60°C.
11. Haal steeds een paar stukjes groenten door het beslag en leg ze voorzichtig in de olie.
12. Frituur in 2-3 minuten licht goudbruin en schep met een schuimspaan uit de olie.
13. Laat kort uitlekken op keukenpapier en frituur de volgende portie.
14. Houd de gefrituurde groenten tussendoor eventueel warm en knapperig in de verwarmde oven.

TIP: Lekker met een mosterdmayo van 2 el mayonaise, 1 el Griekse yoghurt en 1 el grove mosterd.

BRON: [boodschappen.nl](https://www.boodschappen.nl)

