



Loempia van wortel-courgette en munt

Een loempia bestaat uit een langwerpige dun vel deeg, meestal van filodeeg, die zelf gegeten kan worden, met daarin groenten, zoals kool, taugé, bamboescheuten, garnalen, vlees, omeletreepjes en kruiden. Het deeg wordt als een envelop dichtgevouwen en in olie gebakken.

10 stuks

⌚ 20 + 120 minuten

Dit heb je nodig:

- 🍴 olie om te frituren
- 🍴 100 g wortel
- 🍴 100 g courgette
- 🍴 4 takjes munt
- 🍴 50 g pinda's
- 🍴 5 vellen filodeeg
- 🍴 olie
- 🍴 50 g taugé
- 🍴 zoete chilisaus

Materiaal: frituurpan

Zo maak je het:

1. Laat de vellen filodeeg 2 uur ontdooien.
2. Verhit frituurolie in een frituurpan tot 180 °C.
3. Rasp de wortel en courgette in grove flinters.
4. Snijd de blaadjes de takjes munt fijn en hak de pinda's fijn.
5. Snijd de vellen filodeeg in de lengte doormidden.
6. Bestrijk de randen van het deeg dun met olie.
7. Verdeel de wortel, courgette en taugé in kleine bergjes over de onderkanten van de repen deeg.
8. Bestrooi de groenten met de pinda's, munt, zout en peper naar smaak.
9. Vouw de zijkanten van het deeg over de vulling en rol het deeg op, plak de randen vast met wat olie.*
10. Frituur de loempia's in 2-3 minuten rondom goudbruin.
11. Serveer er om te dippen zoete chilisaus bij.

* De loempia's die je niet meteen frituurt, kunnen ingevroren worden. Plaats ze onafhankelijk van elkaar op een bord of plaat, na het invriezen kun je ze samenvoegen in een Ziplock zak.

BRON: ah.nl



Selamat makan