



## Grote garnalenloempia

met oestersaus en zwarte sesam



30-40min



2 personen

De loempia valt niet aan één Aziatisch land toe te schrijven. Het krokante rolvormige pastetje zie je vaak terug op de straten in Indonesië, Vietnam, Cambodja en Thailand. Daar worden ze echter altijd gefrituurd. Wij kiezen voor een gezondere aanpak door het loempiadeeg te vervangen door bladerdeeg en 'm in de oven af te bakken. De vulling blijft heerlijk: sappige garnalen, oestersaus en een flinke portie groenten.

## Wat je van ons krijgt

- witte koolreepjes
- bosui
- maizena
- zoete chilisaus
- wortel
- tijgergarnalen <sup>2</sup>
- oestersaus <sup>1,6,14</sup>
- knoflook
- bladerdeeg <sup>1</sup>
- zwarte sesam <sup>11</sup>

## Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- plantaardige olie

## Kookgerei

- bakplaat
- dunschiller
- keukenrasp
- oven
- grote wok of koekenpan

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen.

Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

### Allergenen

gluten (1), schaaldieren (2), soja (6), sesamzaad (11), weekdieren (14). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

### Voedingswaarde per portie

calorieën 725kcal, vet 45.0g, koolhydraten 48.8g, eiwit 28.4g



**1. Vulling voorbakken**

Verwarm de oven voor op 200°C hetelucht/ 220°C. Schil evt. de **wortel** en rasp grof. Verhit 1el olie in een grote koekenpan of wok op hoog vuur. Bak de **koolreepjes** en **wortelrasp** 2-3min op hoog vuur tot de **wortel** iets zachter is.



**2. Maizena mengen**

Roer intussen de **maizena** door de **oestersaus** tot de **maizena** is opgelost. Neem de pan van het vuur en voeg dan de **tijgergarnalen** met de **sous** toe. Roer goed door.



**3. Smaakmakers snijden**

Snijd de **bosuien** zonder stronk in dunne ringetjes. Pel de **knoflook** en hak fijn. Roer ook dit door het **koolmengsel**. Breng op smaak met zout en peper.



**4. Loempia vouwen**

Rol het **bladerdeeg** met aanklevend bakpapier uit over een bakplaat. Verdeel de **vulling** in een lange strook 3cm van de **deegrand** af. Vouw het **deeg** over de **vulling** en druk goed aan (gebruik een vork of natte vingers).



**5. Loempia afmaken**

Trek met de botte kant van een mes enkele malen diagonaal over de **deegrol**, zonder het **deeg** open te snijden. Bestrooi met het **sesamzaad**.



**6. Loempia bakken**

Bak de **loempia** ca. 20min in het midden van de oven tot hij goudbruin is. Serveer met de **chilisaus** ernaast.