
Zoete aardappelfritters

met chili sin carne en limoenyoghurt



Cooking Time



2 personen

Wat je van ons krijgt

- gele paprika
- zoete aardappel
- verse koriander
- limoen
- rode ui
- teen knoflook
- Rodriguez's Chili con Carne
- bosui
- eieren ³
- yoghurt ⁷
- kidneybonen
- tomaten

Wat je thuis nodig hebt

- bloem ¹
- honing of suiker
- peper en zout
- plantaardige olie

Kookgerei

- bakplaat met bakpapier
- dunschiller
- keukenrasp
- maatbeker
- middelgrote koekenpan
- oven
- zeef

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

gluten (1), eieren (3), melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie



1. Fritterbeslag maken

Verwarm de oven op 190°C. Schil de **zoete aardappels** en rasp ze grof. Pel en hak de **knoflook** fijn. Hak de **bosui** fijn. Doe de **aardappelrasp, gehakte bosui, knoflook, 1 ei**, 2el bloem, 1/2tl zout en peper in een kom en meng goed.



4. Tomaten toevoegen

Snijd de **tomaten** in grove stukken en voeg ze aan de pan toe. Stoof de **tomaten** 2-3min mee. Zet het vuur dan iets lager en schenk 100ml water in de pan. Doe de deksel op de pan en laat alles ca.5 min pruttelen.



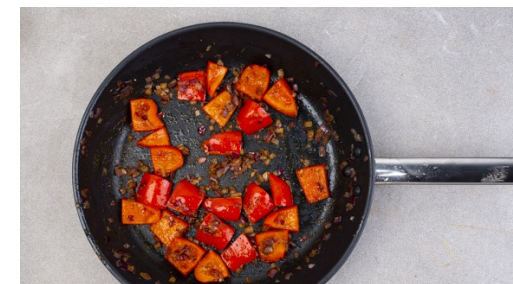
2. Fritters bakken

Bekleed een bakplaat met bakpapier en wrijf het papier in met een dun laagje olijfolie. Vorm kleine hoopjes van **1-2el beslag** op de bakplaat en druk ze plat met een lepel. Bak de **aardappelfritters** 5min en verlaag de temperatuur van de oven dan naar 170°C. Bak de **fritters** nog ca. 10min tot ze gaar en goudbruin zijn.



5. Garnering voorbereiden

Hak de **koriander** zonder de harde steeltjes grof. Snijd de **limoen** doormidden, pers **een helft** uit en snijd de **andere helft** in partjes. Meng in een kommetje de **yoghurt** met **1el limoensap**, een snuf zout en 1/2tl honing of suiker. Giet de **kidneybonen** af en spoel ze om in een zeef.



3. Chili con carne starten

Pel en hak de **ui** fijn. Halveer de **paprika**, verwijder de kern en steel en snijd de **paprika** in grove stukken. Verhit 1el olijfolie in een grote koekenpan en bak de **ui** en **paprika** met een snuf zout 2-3min. Voeg dan de **helft van de chili con carne spice mix** toe en bak nog 1min.



6. Bonen toevoegen

Haal de deksel van de pan, voeg de **bonen** toe en stoof de **chili** nog ca. 5min totdat deze dikker is. Proef en breng de **chili** op smaak met zout, peper en evt. **meer spice mix**. Schep de **chili** op, bestrooi met de **koriander** en serveer met de **fritters** en **limoenyoghurt**. Geef de **limoenpartjes** erbij.