



FANTASTISCH LEKKERE COURGETTE FRIETJES

NODIG

- 2 courgette
- 4 à 5 eieren
- zout naar smaak
- gemalen zwarte peper smaak
- 100 gram bloem
- 1 el knoflookpoeder
- 250 gram Japanse panko e/n/of paneermeel
- 65 gram geraspte Parmezaanse kaas

SAUS:

- 3 el mayonaise
- 1 el ketchup
- 1 el knoflookpoeder
- gemalen peper
- 1 tl mosterd

DOEN

1. Verwarm de oven voor op 220°C. Snijd de courgettes in repen van 3 cm lang en 1/2 cm dik. Dep droog met keukenpapier.
2. Meng panko met Parmezaanse kaas en knoflookpoeder. Bekleed een bakplaat met bakpapier.
3. Doe de courgette eerst in de bloem. Vervolgens in het eimengsel, schud het overtollige ei eraf en haal ze door de panko en druk goed aan.
4. Leg de reepjes courgette op de bakplaat. Bak ze ongeveer 20 - 25 minuten, draai halverwege een keer om.
5. Meng voor het sausje de mayonaise, ketchup, knoflookpoeder, gemalen peper en de mosterd. Haal uit de courgette frietjes uit de oven en serveer met het sausje.



WWW.BONAPETIT.NU