



GOED GLUTENVRIJ RECEPT: AARDAPPEL/ANDIJVIE STAMPPOT MET CITROEN EN VERSE PETERSELIE EN VEGETARISCHE AUBERGINE-SCHNITZEL

Voor 4 personen

Aardappel/andijvie stamppot met citroen en verse peterselie

- 1 kilo geschilde aardappelen in kleine stukjes
- 1 kleine of een halve grote krop andijvie heel fijn gesneden
- Citroenrasp van een hele citroen, goed schoongeboend
- ½ bosje peterselie, fijngehakt
- ½ eetlepel komijnpoeder
- 2 kopjes melk
- Peper/zout
- 50 gram margarine

Kook de aardappelen tot ze gaar zijn. Giet af. Maak er puree van door ze fijn te stampen met boter, melk, peper/zout en de komijn. Meng er de zeer fijn gesneden andijvie doorheen. Voeg daarna de citroenrasp en de peterselie toe.

Vegetarische aubergineschnitzel

- 2 aubergines
- 1 bol mozzarella
- 1 kop rijstbloem
- 1 ei
- 2 koppen olijfolie
- 2 theelepels Zout
- 1 theelepel Peper
- 1 eetlepel gedroogde oregano
- 100 gram gehakte walnoten
- 1 teentje knoflook

Meng de olijfolie met in stukjes gesneden knoflook, peper en zout. Snij de aubergines in plakken van een ½ centimeter. Voor vier personen moet je 8 mooie plakken hebben. Snij de mozzarella in dunne plakken. Klop het ei los in een diep bord. Doe de rijstbloem in een diep bord.

Verhit het olijfoliemengsel in een koekenpan. Haal een plak aubergine eerst door het ei en daarna door de rijstbloem. Bak ze met vier tegelijk in de olie.

Haal ze uit de pan en leg ze op keukenpapier.

Vet een platte ovenschaal in met een paar drupjes olijfolie. Leg een gebakken aubergineplak er in, doe er een paar plakjes mozzarella, bestrooi met klein beetje zout en met oregano en dek af met een gebakken plak aubergine. Doe dit vier keer, strooi er de gehakte walnoten over en zet de ovenschaal ongeveer 10 minuten in een voorverwarmde oven op 200 graden.