



Erika Van den Hauwe
Thermomix Advisor/Verdeler
Kortrijksesteenweg 371 bus 1
9000 Gent
<http://erikaskitchen.business.site>

Gezondheidscoaching
0473/85.35.73
9000 Gent
www.healthandattitude.org
erika@healthandattitude.org

Erika's Kitchen

Geroosterde wortels met chamoy (gebaseerd op Ottolenghi boek Flavour)



<i>Ingrediënten</i>	<i>Bereiding</i>
<ul style="list-style-type: none">- 1 kg wortels, in reepjes gesneden- 3 el olijfolie- 2 el ahornsiroop- 30 gr gemengde 'verse' kruiden- Zout en zwarte peper- Chamoy- 40 gram gedroogde abrikozen- 1 thl ahorn- 1 thl sumak- Sap van 1 limoen- 1 ½ thl aleppochilivlokken- 1 teen look- 2 el olijfolie	<ul style="list-style-type: none">- Verwarm de oven voor op 170 graden- 30 gram suiker (5 sec/stand 10) en zet apart- Amandelen in de beker (20 sec/stand 10)- Doe in een apart potje- Voeg de rest van het suiker en de manadrijn toe (20 sec/stand 8)- Reinig de beker zeer goed- Zet de vlinder op zijn plaats, voeg het eiwit toe (3 min/stand 3)- Voeg alles samen- Maak er bolletjes van, en bestrooi met de apart gehouden bloedsuiker- 20 minuten in de oven, laten afkoelen- Smakelijk!

Tip: heerlijk om te serveren bij vlees of kip