Ingrediënten

Leuke Recepten · Lid worden
ريم ريومة · Moderator · 21 juni om 20:20 ·

ريم ريومة
Ingrediënten:

Lieve mensen, als jullie dit recept lekker vinden, laat dan een reactie achter!

2 eieren
1 bloemkool
1/2 theelepel knoflookpoeder (of verse knoflook)
1 theelepel paprikapoeder
2/3 kopje paneermeel
1/2 kopje geraspte kaas
Zout en peper naar smaak
Plantaardige olie naar behoefte
Bereiding:

Was eerst de bloemkool, verdeel hem in roosjes en kook ze 3 tot 4 minuten in gezouten water.

Giet de roosjes af en spoel ze direct af met koud water.

Meng vervolgens in een grote kom de fijn geraspte kaas, het paneermeel, zout, peper, knoflookpoeder en paprikapoeder.

Klop nu in een andere kom de eieren lichtjes los.

Bekleed een bakplaat met bakpapier en vet deze licht in met plantaardige olie.

Doop de bloemkoolroosjes in het eimengsel en bedek ze vervolgens met het kaas-paneermeelmengsel.

Bereiding: Leg de koekjes vervolgens op een met bakpapier beklede bakplaat en bak ze ongeveer 20 minuten in een voorverwarmde oven op 180 °C.



© Martine Lycke, Kookpassie, www.kookpassie.be

Bron



https://www.facebook.com/groups/1354803288832828/posts/1806759693637183

Info Martine Lycke

27/10/2026

De hoeveelheden mogen zeker gehalveerd worden
Gemaakt met Parmezaan, maar te droog, beter gewone geraspte kaas
Geef mij maar bloemkool met bechamelsaus
Kopje = cup gebruikt

Fotos



© Martine Lycke, Kookpassie, www.kookpassie.be