



Mini-loempiaatjes met groenten

Krokante kleine loempiaatjes gevuld met knapperige groenten en een vleugje sojasaus. Ideaal als warm hapje bij het aperitief.

VOORBEREIDING	BEREIDEN	PORTIES	CATEGORIE
25'	15'	4	Aperitief & hapjes

Ingrediënten

- 12 vellen loempiadeeg (klein formaat)
- 150 g witte kool, fijngesneden
- 1 wortel (ca. 80 g), geraspt
- 100 g taugé
- 2 lente-uitjes, in ringetjes
- 1 teentje knoflook, fijngehakt
- 1 eetlepel sojasaus
- 1 koffielepel sesamolie
- zout en peper naar smaak

zonnebloemolie om te frituren

1 eiwit om de randjes dicht te plakken

Bereidingswijze

- 1.** Verhit een scheutje zonnebloemolie in een wok op hoog vuur. Fruit de knoflook ongeveer 30 seconden tot hij geurt.
- 2.** Voeg de witte kool, geraspte wortel, taugé en lente-uitjes toe. Roerbak alles 4 minuten op hoog vuur zodat de groenten gaar maar nog knapperig blijven.
- 3.** Kruid met de sojasaus, sesamolie, zout en peper. Schep de vulling over in een vergiet of op een bord en laat volledig afkoelen. Dit is belangrijk: warme vulling maakt het deeg zacht en de loempiaatjes scheuren open tijdens het frituren.
- 4.** Leg een vel loempiadeeg als een ruit voor je neer. Schep een lepel vulling op het onderste derde deel van het vel. Vouw de zijkanten naar binnen en rol het vel strak op van onder naar boven. Bestrijk de bovenste punt met eiwit en druk stevig aan zodat het rolletje gesloten blijft.
- 5.** Herhaal met de overige vellen en vulling.
- 6.** Verhit voldoende zonnebloemolie in een diepe pan of frituur tot 180 graden Celsius. Fritueer de loempiaatjes in porties van 4 tot 6 stuks gedurende 3 tot 4 minuten, tot ze mooi goudbruin en krokant zijn.
- 7.** Schep ze uit de olie en laat uitlekken op keukenpapier. Serveer direct en warm.

Tip

Zorg dat de vulling volledig afgekoeld is voor je de loempiaatjes oprolt. Resterende stoom maakt het deeg klef en zorgt ervoor dat de rolletjes openbarsten in de olie. Je kunt de gerolde loempiaatjes ook tot een dag op voorhand bereiden en afgedekt in de koelkast bewaren. Frituur ze pas op het laatste moment.

Lekker met

Serveer met een zoetzure dipsaus of een lichte chilisaus.

Dranktip

Een frisse Aziatische lager of een glas prosecco past uitstekend bij deze krokante hapjes.

Ontdek meer recepten op kookpot.be