



てんぷら

Tempura van vis en groenten

🕒 30 minuten

2 personen

DIT HEB JE NODIG:

- 🍣 150 g gekookte mosselen
- 🍣 4 gepelde gamba's
- 🍣 150 g roodbaarsfilet
- 🍣 1 rode paprika
- 🍣 1 grote ui
- 🍣 12 shiitake paddenstoelen
- 🍣 8 sperziebonen
- 🍣 150 g tempuramix
- 🍣 1 liter zonnebloemolie om te frituren

MATERIAAL: frituurpan, schuimspaan, keukenpapier, satéprikkers

ZO MAAK JE HET:

1. Rijg telkens 5 mosselen aan satéprikkers strak tegen elkaar.
2. Spoel de gamba's en de roodbaarsfilet af en dep ze droog.
3. Snijd de roodbaarsfilet in 4 stukjes.
4. Snijd de paprika's elk in 8 stukken en verwijder de zaadlijsten.
5. Pel de ui, snijd hem in 8 dikke plakken en prik de plakken horizontaal vast met satéprikkers, zodat ze niet in ringen uit elkaar kunnen vallen.
6. Verwijder de steeltjes van de paddenstoelen.
7. Haal de boontjes af.
8. Verhit de olie tot 170°C.
9. Bereid de tempuramix volgens de aanwijzingen op de verpakking.
10. Haal de stukken paprika, de ui, de shiitake paddenstoelen, de sperzieboontjes, de gamba's, de mosselspiesjes en de roodbaars door het beslag en frituur ze, niet teveel tegelijk in de hete olie, tot ze goudbruin zijn.
11. Laat ze op keukenpapier uitlekken.
12. Leg de tempura op gevouwen servetjes op de bordjes.

TIP: Lekker met een soja dip gemaakt van 100 ml sojasaus, 3 eetlepels mirin (Japanse kookwijn) of sherry en een mespunt wasabi of mierikswortelpasta.

Bron: visrecepten.nl

