

Frietjes van wortel en pastinaak met gomasio curry



Ingrediënten

- 3kg Wortelen
- 3kg Pastinaak
- Kokosolie/olijfolie/Brassica rotisserie
- Verstegen Gomasio Curry
- Verstegen Yoghurt-Knoflooksaus

Methode

1. Maak de wortel en pastinaak grondig schoon.
2. Snij in staafjes van 6-7 cm lang en 1 cm dikte
3. Verwarm de oven voor op 210°C.
4. Meng de staafjes met de olie en wat Gomasio.
5. Bak 30" op bakplaat met anti-aanbaklaag of bakpapier.
6. Schud de staafjes regelmatig om.
7. Bestrooi met de Gomasio Curry.
8. Serveer met de yoghurt-knoflooksaus.

Variatie

In de frituur: Doe plantaardige olie (of eventueel kokosolie) in de frituur.
Verwarm tot 180°C. Bak de staafjes mooi krokant aan. Bestrooi met de
Gomasio Curry.

**Dit recept is van
VERSTEGEN**

© ChefsproVeggie

info@chefsproveggie.be