

Bloemkoolburgers

Lekker voor vier burgers!

Benodigdheden:

- 250 gram bloemkool
- 1 ei
- 1 ui
- 1 tl paprikapoeder
- Snufje peper en zout
- ¼ tl cayennepeper
- 1 tl provencaalse kruiden
- 2 beschuitjes of paneermeel
- 2 el bloem
- 4 broodjes, sla en komkommer

Aan de slag!

Stap 1

Zet een pan water op en kook de bloemkoolroosjes ongeveer vijf minuten. Snijd ondertussen het uitje in stukjes. Als de bloemkool gekookt is, spoel je hem af onder koud water. Vervolgens pureer je de bloemkool en de ui met een keukenmachine.

Stap 2

Voeg daarna de kruiden en het ei toe. Meng goed door elkaar. Voeg daarna de paneermeel of verkrumelde beschuitjes en de bloem toe. Goed mengen! Als het nog iets te 'nat' is, voeg je een beetje extra paneermeel of bloem toe. Je moet namelijk gemakkelijk met je handen mooie burgers kunnen maken.

Stap 3

Vervolgens giet je een beetje olie in een pan en vorm je met je handen vier burgers. Bak de burgers ongeveer twee tot drie minuten per kant en draai ze voorzichtig om. Ze zijn klaar als ze mooi bruin zijn.

Stap 4

Serveer op een bolletje met sla en komkommer. Ook lekker met wat uienringen en een beetje mayo.

Eet smakelijk!