

# Recept!

## Mais- courgettekoekjes

### Ingrediënten

1 courgette, grof geraspt  
1 klein blikje mais, 165g uitgelekt  
1 teentje knoflook, geperst  
0,25 theelepel kerriepoeder  
0,25 theelepel paprikapoeder  
Peper en zout  
65 gram zelfrijzend bakmeel  
1 ei  
60 milliliter melk  
Olijfolie om in te bakken

### Bereiding

Rasp te courgette op een groffe rasp. Meng de mais met de geraspte courgette, knoflook, kerriepoeder, paprikapoeder en breng op smaak met peper en zout.

Roer het zelfrijzend bakmeel goed door het courgettemengsel.

Meng het ei door de melk en roer samen met het courgettemengsel tot een dik beslag. Voeg eventueel meer melk of meel toe.

Verhit een koekenpan met een flinke laag olie op een laag tot medium vuur en bak de koekjes langzaam gaar en goudbruin. Courgette houdt veel vocht vast, waardoor je het de tijd moet geven om te goed te garen.

Maak de koekjes niet te groot dan zijn ze makkelijker om te keren.

Serveer de koekjes met rijst, chilisaus en gekookte wortel

### Eet smakelijk!

Onze *inspiratie*: [www.nombelina.nl](http://www.nombelina.nl)  
Kleinlangevelsloo – Supermarkt in het bos!

Biologische  
Boerderijwinkel