

Gevulde courgettebloemen



Ingredienten

- 12 verse courgettebloemen
- 200 g bloemige aardappelen
- 150 g courgette
- 2 el olijfolie
- 1 teentje knoflook
- 100 g versgeraspte parmezaan
- 250 g ricotta of verse kaas

Voor de saus:

- 4 el koudgeperste olijfolie
- 3 el citroensap

Bereiding

Voor 4 personen

Bereiding 40 minuten

Spoel de courgettebloemen en droog ze voorzichtig. Verwijder de stamper in het midden. Schil de aardappelen en rasp ze fijn. Rasp ook de schoongemaakte courgette fijn.

Verhit de olie in een braadpan met antiaanbaklaag. Laat de geraspte aardappelen 3 minuten bakken in de olie terwijl u voortdurend roert. Voeg vervolgens de geraspte courgette toe en laat nog 1 minuut verder bakken. Pel het teentje knoflook en pers het boven de braadpan. Meng het geheel met de parmezaan en de ricotta. Kruid royaal met peper en zout.

Doe die bereiding in een spuitzak voorzien van een grote spuitmond. Vul de courgettebloemen ermee. Sluit de bloemen door de punten van de bloemblaadjes samen te draaien. Leg de gevulde bloemen in de ingevette mand van een stoompan.

Giet ongeveer 250 ml water in de stoompan en zet de mand erop. Laat de courgettebloemen 10 à 15 minuten stomen.

Voor de saus: klop de olijfolie op met het citroensap. Voeg zout toe.

Schik drie gevulde courgettebloemen op elk bord en giet er wat saus bij.