

VEGETARISCHE LOEMPPIA'S UIT DE OVEN

Land: vietnamees

Maaltijd: Hapjes

Porties: 1 portie (10 loempia's)

Bereidingstijd: 25 min. + 20 min. oventijd

INGREDIËNTEN VOOR 1 PORTIE (10 LOEMPPIA'S)

Warning: Undefined variable \$args in /var/www/html/wp-content/themes/dewereldopjebord/templates/recipe-print.php on line 136

Warning: Trying to access array offset on null in /var/www/html/wp-content/themes/dewereldopjebord/templates/recipe-print.php on line 136

Warning: Undefined variable \$args in /var/www/html/wp-content/themes/dewereldopjebord/templates/recipe-print.php on line 136

Warning: Trying to access array offset on null in /var/www/html/wp-content/themes/dewereldopjebord/templates/recipe-print.php on line 136

Warning: Undefined variable \$args in /var/www/html/wp-content/themes/dewereldopjebord/templates/recipe-print.php on line 136

Warning: Trying to access array offset on null in /var/www/html/wp-content/themes/dewereldopjebord/templates/recipe-print.php on line 136

Warning: Undefined variable \$args in /var/www/html/wp-content/themes/dewereldopjebord/templates/recipe-print.php on line 136

Warning: Trying to access array offset on null in /var/www/html/wp-content/themes/dewereldopjebord/templates/recipe-print.php on line 136

Warning: Undefined variable \$args in /var/www/html/wp-content/themes/dewereldopjebord/templates/recipe-print.php on line 136

Warning: Trying to access array offset on null in /var/www/html/wp-content/themes/dewereldopjebord/templates/recipe-print.php on line 136

Warning: Undefined variable \$args in /var/www/html/wp-content/themes/dewereldopjebord/templates/recipe-print.php on line 136

Warning: Trying to access array offset on null in /var/www/html/wp-content/themes/dewereldopjebord/templates/recipe-print.php on line 136

Warning: Undefined variable \$args in /var/www/html/wp-content/themes/dewereldopjebord/templates/recipe-print.php on line 136

Warning: Trying to access array offset on null in /var/www/html/wp-content/themes/dewereldopjebord/templates/recipe-print.php on line 136

Warning: Undefined variable \$args in /var/www/html/wp-content/themes/dewereldopjebord/templates/recipe-print.php on line 136

Warning: Trying to access array offset on null in /var/www/html/wp-content/themes/dewereldopjebord/templates/recipe-print.php on line 136

Warning: Undefined variable \$args in /var/www/html/wp-content/themes/dewereldopjebord/templates/recipe-print.php on line 136

Warning: Trying to access array offset on null in /var/www/html/wp-content/themes/dewereldopjebord/templates/recipe-print.php on line 136

- 200 gram gemengde oosterse groenten (bijv. taugé, prei, wortel, paddenstoelen)
- 3 cm verse gember
- 2 teentjes knoflook
- 1 el sojasaus
- 1/2 limoen (alleen het sap)
- 25 gram glasnoedels
- 100 gram filodeeg
- olie (om het filodeeg mee te bestrijken)
- sweet chilisaus

WAT GA JE DOEN

Verwarm de oven voor op 200°C. Als je filodeeg uit de vriezer gebruikt, laat dit dan vast ontdooien. Leg het onder een theedoek, zodat het niet uitdroogt.

Hak de gember en knoflook fijn. Snijd de groenten in kleine stukjes (of koop een kant-en-klare oosterse roerbakmix).

Verhit een beetje olie in een wok of hapjespan. Bak op middelhoog vuur de knoflook en gember ongeveer 30 seconden. Voeg dan de groenten toe en roerbak een paar minuten tot de groenten gaar zijn.

Overgiet ondertussen de glasnoedels met kokend water en laat heel even staan. Giet dan het water af.

Breng de groenten op smaak met de sojasaus, het limoensap en wat peper en eventueel nog zout (de sojasaus is ook al zout). Knip de glasnoedels met een schaar in een paar stukken en voeg toe aan de groenten. Zet het vuur uit en laat het mengsel wat afkoelen (dit gaat sneller als je het uit de pan haalt).

Snijd vierkantjes van ongeveer 10×10 cm uit het filodeeg. Bestrijk een vierkantje met een beetje olie en plak er dan nog een vierkantje filodeeg bovenop. Leg een kleine eetlepel van de vulling in het midden van het vierkantje. Klap de zijanten naar binnen en rol het filodeeg dan op, zodat de vulling in het midden opgesloten zit. Gebruik een beetje olie om alles 'vast te plakken'. Dit zorgt er ook voor dat de loempia's straks niet droog zijn. Bestrijk de loempia's aan de buitenkant ook nog met een beetje olie.

Herhaal het vouwen en vullen voor de rest van de loempia's. Leg alle loempia's op de bakplaat. Bak ze ongeveer 20-25 minuten in de oven tot ze mooi goudbruin en gaar zijn.

Serveer de loempia's met chilisaus.

TIPS

- Je kunt oneindig variëren met de vulling. Ik koos nu voor een vegetarische versie, maar je het is ook heerlijk om garnalen, varkensgehakt of stukjes kip aan de vulling toe te voegen.
- Je kunt de loempia's ook prima invriezen. Zo heb je altijd een lekkere snack achter de hand! Laat de loempia's na het bakken afkoelen en vries ze dan in. Laat voor gebruik ontdooien en warm ze nog even op in de oven.