

WORTELFRIETJES

2 tot 4 personen

DIT DOE JE ER IN

- 10 wortelen
- Scheutje olijfolie
- 2 eetlepels bloem
- Peper, (zee)zout en paprikapoeder

DIT HEB JE NODIG

- Bakplaat
- Bakpapier

ZO MAAK JE 'M

Verwarm de oven voor op 220 graden.

Het is bijna zomer, dus ook ik moet aan de lijn! Daarom ben ik gek deze gezonde wortelfrietjes. Rasp de wortelen en snijd ze doormidden én in reepjes. Zo beginnen ze al een beetje op frietjes te lijken. Doe de wortelen in een kom en strooi hier de bloem overheen. Even goed husselen. Daarna mag de olijfolie, het peper en zout en de paprikapoeder er bij. Weer even goed mengen!

Bekleed de bakplaat met wat bakpapier en verdeel de worteltjes over de bakplaat. Let op dat er geen 'frietjes' over elkaar heen liggen. Daarna mogen de wortelfrietten 45 minuten in de oven. Als ze een beetje krokant zijn, zijn ze het lekkerst!

TIP VAN BABOE

Als je de worteltjes bestrooid met wat verse tijm voor de ze oven in gaan, zijn ze nog lekkerder!