

Recept van Asha voor de Barra's : ↓

Ingrediënten:

- * 1kilo zelfrijzend bakmeel
- * Zakje zwarte moonbonen
- * Flinke scheut Turmeric (kurkuma)
- * Flinke scheut gemalen komijn
- * Flinke scheut komijnzaad
- * 3x bolknoflook
- * 1 hele madame jeanette
- * 750ml lauwwarm water
- * 1 grote zak verse spinazie

To do:

- ① Voeg de 5 eerste ingrediënten bij elkaar in een grote schaal
- ② Snijd de bolknoflook en de madame jeanette in stukjes
- ③ Vijzel de knoflook en de M.J. en wat zout in de vijzel
- ④ Ondertussen de spinazie heel fijn en klein snijden en voeg alles toe aan de mix.
- ⑤ Voeg nu gedoseerd de 750ml water toe, en ga kneden
- ⑥ Kneden, kneden en nog eens kneden!
- ⑦ Voeg steeds iets water toe totdat er een mooie deegbal ontstaat.
- ⑧ Laat het deeg ongeveer 45min rijzen onder een theedoek op een warme plek.
- ⑨ Verwarm 1 ltr zonnenbloemolie op in een hapjespan.
- ⑩ De olie is heet op 170 á 180 graden , je kunt dit uittesten door een klein stukje brood erin te laten zakken, als het stukje brood binnen een minuut bruin wordt dan weet je dat de olie ongeveer 180graden is.
- ⑪ Als het deeg gerezen is, neem dan steeds een klein balletje van het deeg en maak het tot een plat rondje/ovaaltje
- ⑫ Doe dit pas als de olie echt heet is en je in 1 keer door kunt!
- ⑬ Laat een plat rondje zakken in de olie, zodra je ziet dat het omhoog komt, schep je met een lepel olie eroverheen, zachtjes!
- ⑭ Zo krijg je een mooie luchtige barra!
- ⑮ Als je ziet dat er een mooi bruin randje verschijnt aan de onderkant, dan pas mag je hem omdraaien en laat die kant ook bruin worden.
- ⑯ Als het mooi bruin is dan schep je hem met een schuimspaan op een keukenpapiertje om uit te lekken!
- ⑰ Eetsmakelijk!

