



Carrot Potato Fritters with Garlic Yoghurt Dressing



These healthy potato fritters are lightened up with carrots and flavored with curry powder. They're easy to make and delicious with some garlic yoghurt dressing!

CARROT POTATO FRITTERS WITH GARLIC YOGHURT DRESSING

Servings: 10 fritters

Preparation time: 20 minutes

INGREDIENTS:

Carrot Potato Fritters

400 grams of (sweet) potatoes, shredded or grated

300 grams of carrots, shredded or grated

85 grams of flour

2 eggs (or flax eggs)

vegetable oil

2 teaspoons of curry powder

salt

pepper

Garlic Yoghurt Dressing

125 grams of Greek yoghurt (or plant-based sugar free yoghurt)

1 clove of garlic, pressed

1 teaspoon of chives

salt

pepper

Optional: sambal or curry powder





INSTRUCTIONS:

Carrot Potato Fritters

1. Add the potatoes, carrots, flour, eggs, curry powder, salt and pepper into a large bowl and stir until well combined.
2. Form patties out of the mixture with your hands.
3. Add vegetable oil into a pan and cook the fritters until golden brown. 2-3 minutes on each side.
4. Serve with the garlic yoghurt dressing!

Garlic Yoghurt Dressing

1. Add the yoghurt, garlic, chives, salt and pepper into a small bowl and stir until combined. You can also add some sambal or curry powder to upgrade the flavor.
2. Serve with the carrot potato fritters! Also delicious in a salad or as a dip with some veggies or crackers.

NOTES:

- Can be stored in an air-tight container in the fridge for 1 day.
-





Wortel-aardappelschijfje met knoflook-yoghurtdressing



Deze gezonde aardappelschijfjes worden verlicht met wortels en op smaak gebracht met kerriepoeder. Ze zijn gemakkelijk te maken en heerlijk met wat knoflook-yoghurtdressing!

WORTEL-AARDAPPELSCHIIFJES MET KNOFLOOK-YOGHURTDRESSING

Porties: 10 schijfjes
Bereidingstijd: 20 minuten

INGREDIËNTEN:

Wortel-aardappelschijfjes

400 gram (zoete) aardappelen, versnipperd of geraspt
300 gram wortels, versnipperd of geraspt
85 gram bloem
2 eieren (of flax eieren)
plantaardige olie
2 theelepels kerriepoeder
zout
peper

Knoflook-yoghurtdressing

125 gram Griekse yoghurt (of plantaardige suikervrije yoghurt)
1 teentje knoflook, geperst
1 theelepel bieslook
zout
peper
Optioneel: sambal of kerriepoeder





INSTRUCTIES:

Wortel-aardappelschijfjes

1. Doe de aardappelen, wortels, bloem, eieren, kerriepoeder, zout en peper in een grote kom en roer tot een geheel.
2. Vorm met je handen pasteitjes uit het mengsel.
3. Doe plantaardige olie in een pan en kook de schijfjes goudbruin. 2-3 minuten aan elke kant.
4. Serveer met de knoflook-yoghurtdressing!

Knoflook-yoghurtdressing

1. Doe de yoghurt, knoflook, bieslook, zout en peper in een kommetje en roer goed. Je kunt ook wat sambal of currypoeder toevoegen om de smaak te verbeteren.
2. Serveer met de wortel-aardappelschijfjes! Ook lekker in een salade of als dip bij wat groenten of crackers.

NOTA:

- Kan bewaard worden in een gesloten verpakking in de koelkast voor een dag.
-

