



Geitenkaas Fondue met Kurkuma en Komijn –glutenvrij-

Een bijzonder recept van mijzelf. Kurkuma ondersteunt de spijsvertering en komijn doet dit ook. Dit is een kaasfondue die wat lichter verteerbaar is. Ook omdat je die met krieltjes eet, het kan dus

zónder brood. Het is een fondue zonder wijn af andere alcohol. En glutenvrij.

Nodig voor 4 personen

- 750 gram krieltjes (gekookt en afgekoeld)
- 250 ml melk
- 200 gram roomkaas –naturel-
- 200 gram zachte geitenkaas
- ½ e theelepel kurkuma poeder
- ½ e theelepel komijnpoeder
- 1 afgestreken eetlepel maïzena (bindmiddel)
- Peper en zout
- Rauwkost naar smaak
- TIP : witlof blaadjes of gekookte sperziebonen smaken er uitstekend bij

Bereiden :

1. Kook de krieltjes ca 20 minuten in kokend water met wat zout. Afgieten en laten afkoelen.
2. Verhit in de fonduepan de melk en voeg dan rustig de roomkaas en de geitenkaas toe.
3. Meng alles tot een glad mengsel. Breng het op smaak met peper en zout.
4. Meng de maïzena met 2 eetlepels koud water.
5. Doe dit bij de warme kaasfondue, tot het een mooie consistentie heeft.
6. Voeg nu de kurkuma en komijn toe, goed roeren
7. Serveer er de krieltjes, rauwkost en/of boontjes bij.
8. Ook kun je glutenvrij brood erbij serveren

Een gezellige en lekkere kaasfondue gewenst. De kleur is práchtig, door de kurkuma.

Met een hartelijke groet van Tieneke