

# Samosa's



## met zoete notenvulling

### Ingrediënten voor 16 stuks:

#### Deeg:

- 300 gram gebuild meel
- 50 gram gesmolten boter
- 1,5 dl. water
- snufje zout

#### Vulling:

- 200 gram geroosterde en fijngemalen hazelnoten
- 1 banaan in kleine stukjes
- 1,5 dl. melk
- 100 gram rietsuiker
- 1 theelepel kaneel
- ½ theelepel gemberpoeder
- 2 eetlepels carobepoeder
- 1 eetlepel ghee (geklearde boter)

### Bereiding:

1. Kneed de ingrediënten voor het deeg tot een licht vochtig deeg en laat dit afgedekt 1 uur in de koelkast rusten.
2. Verwarm de oven op 180°C.
3. Bekleed een bakplaat met bakpapier.
4. Laat de gemalen hazelnoten op een zacht pitje sudderen in de melk onder voortdurend roeren.
5. Voeg de rietsuiker toe en blijf roeren.
6. Voeg kaneel, gemberpoeder, carobepoeder en stukjes banaan toe en blijf op een zacht vuurtje roeren tot de massa wat ingedikt is. Laat de massa afkoelen.
7. Verdeel het deeg in 16 stukjes.
8. Kneed ieder stukje even door en rol het uit tot een rond lapje op een met ghee ingesmeerd werkblad.

9. Leg 1 eetlepel vulling op het lapje en vouw het dubbel.
10. Werk de rand af door de twee lagen samen te knijpen en per samosa ongeveer 12 plooien te maken en deze dubbel te vouwen.
11. Leg ze op de bakplaat en bak ze gaar in circa 15 minuten.
12. Laat ze helemaal afkoelen.

### Carobe

Carobe is een alternatief voor cacao. Het wordt gemaakt van de peulen van de Johannesbroodboom, een boom die veel voorkomt in het Middellandse Zeegebied. Aan deze boom groeien lange, glanzende, donkerbruine peulen.

Net als cacaopoeder kan carobepoeder verwerkt worden tot repen en drank of in pasta, hagelslag, koek, gebak en toetjes.

Carobe bevat ten opzichte van cacao minder vet en géén theobromine (een soort cafeïne, dat wel in cacao zit). Carobe smaakt zoet van zichzelf, terwijl in cacao-producten veel suiker wordt verwerkt omdat cacao een bittere smaak heeft. Je hebt dus in recepten met carobe minder suiker nodig voor een zoete smaak.

Cacao vervangen door carobe: 2-3 theelepels carobepoeder vervangen 1 theelepel cacao. De hoeveelheid suiker in een recept kan dan gehalveerd worden.

De zaden die in de peulen zitten worden verwerkt tot johannesbroodpitmeel, een reukloos poeder dat als verdikkingsmiddel wordt gebruikt in de voedingsindustrie.