

DINNERLY



Vistaco's met gebakken maïs en salade van appel en wortel



ca. 30min



2 personen

Vandaag gaan we door de Mexicaanse keuken geïnspireerd streetfood helemaal zelf maken. Er staan namelijk vistaco's op het menu! We vullen tortilla's met krokante stukjes vis, goudbruin gebakken maïs en romige salade van appel en wortel. Smakelijk eten!

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 2 wortels
- 1 bosui
- 1 groene appel
- 1 blik maïs
- 1 zakje gerookt paprikapoeder
- 1x tortilla's¹
- 1x visnuggets^{1,4}

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 2el mayonaise³
- peper en zout
- olijfolie
- azijn

KOOKGEREI

- middelgrote koekenpan
- grote koekenpan
- keukenrasp
- zeef

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

ALLERGENEN

gluten (1), eieren (3), vis (4). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 897kcal, vet 47.0g, koolhydraten 91.2g, eiwit 23.8g



1. Groente voorbereiden

Schrob of schil de **wortels** en rasp grof. Snij de **bosui** in ringen. Snij de **appel** in vieren, verwijder het klokhuis en rasp grof. Laat de **maïs** uitlekken in een zeef.



2. Salade maken

Maak een romige **salade** van de **wortel**, de **appel**, de **bosui**, een $\frac{1}{2}$ tl **paprikapoeder**, 2el mayonaise, 1el azijn, een flinke snuf zout en een snuf peper.



3. Maïs bakken

Verhit een middelgrote koekenpan met 2el olijfolie op medium tot hoog vuur. Bak de **helft van de maïs** in ca. 5min goudbruin en knapperig. Kruid met een $\frac{1}{2}$ tl **paprikapoeder** en een flinke snuf peper en zout en. **Tip:** als je wil, kun je meer **maïs** bakken. De rest kun je anders voor een ander recept bewaren.



4. Tortilla's opwarmen

Verhit een grote droge koekenpan op middelhoog vuur. Verwarm **4 tortilla's** na elkaar elk ca. 15sec. Hou ze tot het serveren warm, bijv. onder een schone theedoek.



5. Afmaken en serveren

Verhit de tortillapan met 1el olijfolie op medium tot hoog vuur. Bak de **visnuggets** 3-4min per kant tot ze gaar zijn. Verdeel de **visnuggets** en de **salade** over de **tortilla's** en bestrooi met de **gebakken maïs**.



6. Burrito's op kantoor

Van deze taco's kun je ook lekkere burrito's maken, voor de lunch op kantoor bijvoorbeeld. Verdeel daarvoor de vulling over het midden van de tortilla's. Klap dan de linker en rechter kant van elke tortilla over de vulling heen en rol ze van onder naar boven op zodat ze in je lunchbox passen.