

DINNERLY



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



ca. 30min



2 personen

Vandaag maken we helemaal zelf streetfood geïnspireerd door de Mexicaanse keuken. 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

- 1 wortel
- 1 bosui
- 1 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

- oven
- 2 middelgrote koekenpannen
- keukenrasp
- zeef
- aluminiumfolie

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 831kcal, vet 37.8g, koolhydraten 95.3g, eiwit 24.4g



1. Groenten voorbereiden

Verwarm de oven voor op 200°C (180°C hetelucht). Schrob of schil de **wortel** en rasp 'm grof. Snij de **bosui** in ringen. Snij de **appel** in vieren, verwijder het klokhuis en rasp 'm grof. Laat de **maïs** uitlekken in een zeef.



2. Salade maken

Maak een romige **salade** van de **wortel**, de **appel**, de **bosui**, **1/2tl paprikapoeder**, 1el azijn, 2el mayonaise, 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** ca. 5min, tot het goudbruin en knapperig wordt. Kruid met een flinke snuf peper en zout en **1/2tl paprikapoeder**. **Tip:** Als je wil kun je meer **maïs** bakken. De rest is anders voor dit gerecht niet nodig.



4. Tortilla's opwarmen

Wikkel **4 tortilla's** in aluminiumfolie en verwarm ze 3-4min in de oven. Haal ze uit de oven en leg ze tot het serveren ongeopend opzij.



5. Afmaken en serveren

Verhit een middelgrote koekenpan 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**. Smakelijk eten!



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.