

DINNERLY



Enchilada's met gehakt en courgette met ingelegde rode kool en romige dip



ca. 30min



2 personen

Vandaag maken we één van onze favorieten: enchilada's, oftewel goed gevulde tortilla's uit de oven. Gehakt gekruid met pittige harissa, gebakken courgette en knapperige rode kool worden zorgvuldig verpakt in krokant gebakken tortilla's. Voeg een saus met crème fraîche toe en je hebt een heerlijke maaltijd. Wij kunnen er makkelijk twee van eten!

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 200g rodekoolreepjes
- 1 courgette
- 200g rundergehakt
- 1 zakje Mexicaanse kruidenmix
- 1x tortilla's ¹
- 1 kuipje crème fraîche ⁷

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 2 tenen knoflook
- 1tl mosterd ¹⁰
- 1el honing
- zout
- suiker
- plantaardige olie
- azijn

KOOKGEREI

- oven
- middelgrote ovenschaal
- grote koekenpan

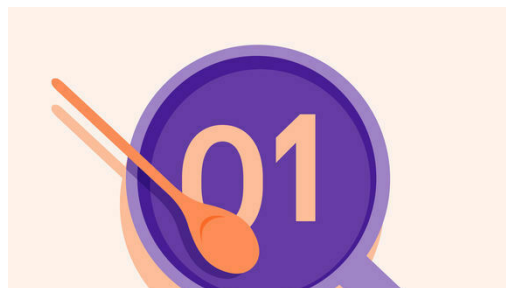
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

ALLERGENEN

gluten (1), melk (7), mosterd (10). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

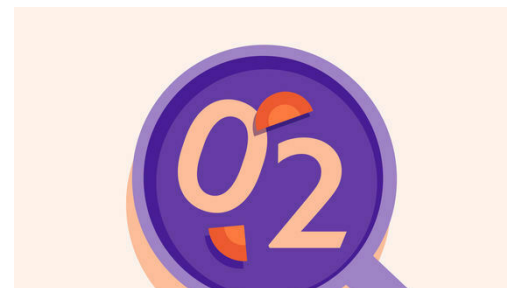
VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 889kcal, vet 54.3g, koolhydraten 68.0g, eiwit 30.1g



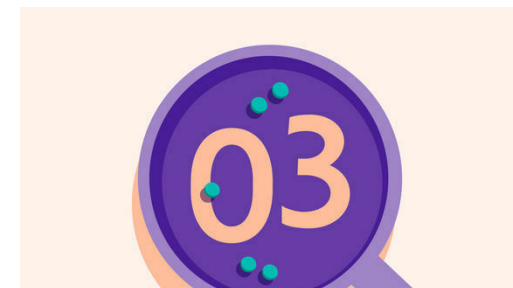
1. Rode kool inleggen

Verwarm de oven voor op 250°C (230°C hetelucht). Roer 1el suiker en een flinke snuf zout door 3el (witte wijn)azijn tot de suiker en het zout opgelost zijn. Kneed het **mengsel** grondig door de **rodekool**.



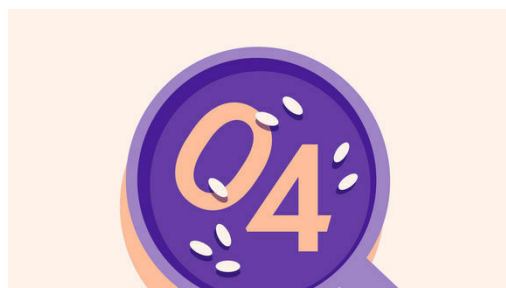
2. Courgette bakken

Snij de **courgette** in blokjes van ca. 1cm. Verhit een grote koekenpan met 2el plantaardige olie op hoog vuur. Bak de **courgette** met ½tl zout ca. 5min, tot ie mooi bruin is. Pel en snij 2 tenen knoflook fijn.



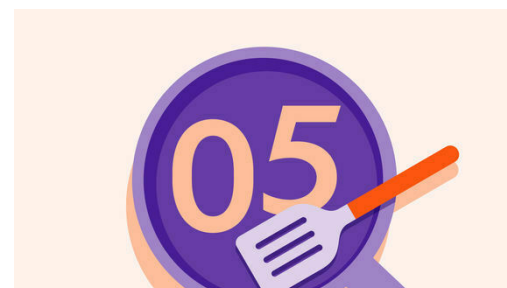
3. Gehakt rullen

Voeg het **gehakt** en de knoflook toe aan de koekenpan en bak nog 2min tot het **gehakt** bruin is. Neem de pan van het vuur en roer ⅓ **van de kruidenmix** erdoor.



4. Tortilla's vullen

Verdeel de **courgette** en het **gehakt** gelijkmatig over de **tortilla's** en voeg aan elke **tortilla** 2el **rode kool** toe. Rol de **tortilla's** op en leg ze dicht naast elkaar in een middelgrote ovenschaal. Bak 7-8min in de oven tot de bovenkant van de **tortilla's** mooi bruin is.



5. Afmaken en serveren

Maak een **dip** van de **crème fraîche**, de **rest van de kruidenmix**, 1-2el water, 1el honing, 1tl mosterd, ½tl (wittewijn)azijn en een flinke snuf zout. Druppel de **dip** over de **gebakken tortilla's** en serveer met de **rest van de ingelegde rode kool**.



6. Knapperig korstje

Bijna alles is lekker met kaas! Eens? Strooi dan wat geraspte kaas over de tortilla's voordat je ze bakt. Zo kan het er overheen smelten en een knapperig korstje vormen.