

DINNERLY



Taco's met mals rundvlees met guacamole en koolsalade



ca. 35min



2 personen

Houd een diner(tje) met onze XXL-recepten! Of je nu een gezellige avond met vrienden organiseert of graag wat overhoudt voor de lunch morgen – dankzij de dubbele porties plan je je maaltijden zoals ze voor jou het beste uitkomen. Eén keer koken, twee keer genieten: eenvoudig, praktisch, heerlijk. (Met dit recept maak je 4 of 8 porties, afhankelijk van welke box je hebt).

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 1 zakje chipotle-chilivlokken
- 1 rode kool
- 1 blik maïs
- 1 rode ui
- 20g verse kruidenmix: koriander en munt
- 8 minitortilla's met maïs¹
- 4 biefstukken
- 1 bakje guacamole

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 4el mayonaise³
- peper en zout
- suiker
- plantaardige olie
- azijn

KOOKGEREI

- oven
- bakplaat met bakpapier
- middelgrote koekenpan met deksel
- maatbeker
- zeef
- staafmixer met beker

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

KOOKTIP

Met dit recept maak je 4 porties.

ALLERGENEN

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

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 649kcal, vet 32.6g, koolhydraten 49.6g, eiwit 38.1g



1. Rode kool roosteren

Verhit de oven voor op 240°C (220°C hetelucht). Laat de helft van de chilivlokken weken in 2el heet water. Snij de rode kool in 6 parten. Leg de kool op een bakplaat met bakpapier, bedruppel met 4tl plantaardige olie en bestrooi met 1tl zout. Rooster 25-30min in de oven tot de kool flink gebruind is.



2. Dressing maken

Laat de maïs uitlekken een zeef en dep zo droog mogelijk tussen lagen keukenpapier. Pel de ui en snipper 'm heel fijn. Pak de staafmixer met hoge beker en pureer een gladde dressing van de chilivlokken incl. weekvocht, de munt, de helft van de koriander, 4el mayonaise, 2el azijn, ½tl suiker en 20-40ml water.



3. Maïs roosteren

Verhit een middelgrote, droge koekenpan op medium tot hoog vuur. Bak de maïs 4-6min tot ie flink begint te bruinen. Doe in een saladebak. Zet het vuur middelhoog en verhit de tortilla's een voor een 15-20sec per kant. Wikkel ze direct in een schone theedoek om ze warm te houden.



4. Vlees braden

Dep het vlees droog en wrijf het in met peper en zout. Verhit de koekenpan op hoog vuur met 1el plantaardige olie. Braad het vlees 2-4min op de vetkant, draai om en braad nog eens 2-4min, afhankelijk van de dikte. Zet het vuur laag, leg een deksel op de pan en laat het vlees nog 1min (voor medium) tot 3min (voor well-done) garen. Laat afgedekt rusten op een bord.



5. Salade maken

Snij de geroosterde kool in stukjes van ca. 2cm. Hussel deze om met de maïs, de ui en de dressing. Snij het vlees in dunne plakken. Zet het vlees, de salade, de tortilla's, de guacamole en de rest van de koriander op tafel en laat iedereen zelf hun taco's bouwen.



6. Snel warm

Je kunt ook een magnetron gebruiken om de tortilla's snel op te warmen. Stapel er 4 op elkaar en verwarm 25-30sec op 800W. Herhaal met de rest.