



Runderworst met aardappelsalade

met broccoli en romige mosterddressing



30-40min



2 personen

Vandaag nemen we een kijkje in de keuken van onze Oosterburen, waar worst met aardappelsalade een echte klassieker is. We hebben het recept een tikkeltje aangepast, om wat ruimte te maken voor een fijne portie broccoli. En ook de mosterdsaus is lichter, want gemaakt met yoghurt in plaats van crème fraîche. Kortom, een heerlijk bord comfortfood mét de nodige vitamines.

Wat je van ons krijgt

- 1 netje krieltjes
- 1x broccoli
- 2 bosuien
- 1 kuipje yoghurt ⁷
- 1 kuipje grove mosterd ¹⁰
- 1 zakje zonnebloempitten
- 2 rundersaucijsjes

Wat je thuis nodig hebt

- mayonaise ³
- peper en zout
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- 2 middelgrote kookpannen met deksel
- kleine koekenpan
- zeef

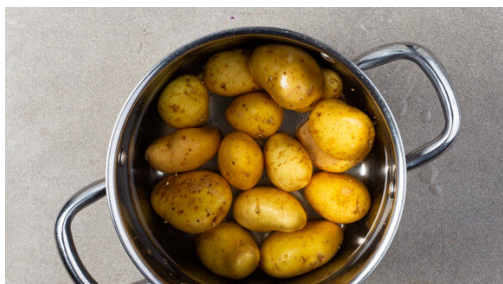
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

eieren (3), melk (7), mosterd (10). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 904kcal, vet 44.5g, koolhydraten 50.1g, eiwit 41.4g



1. Aardappels koken

Breng in 2 middelgrote kookpannen genoeg zout water aan de kook voor de **aardappels** en de **broccoli**. Voeg de **aardappels** toe zodra het water kookt en kook ze in 15-20min gaar. Giet af en spoel om met koud water.



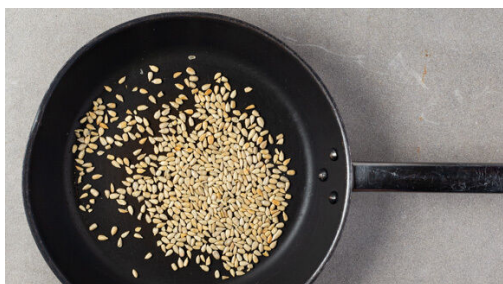
2. Broccoli koken

Snijd de **broccoli** in roosjes en kook ze 2-3min in de 2e kookpan. Giet af en spoel ze ook af met koud water.



3. Dressing maken

Snijd de **bosuien** in schuine ringen. Klop een **dressing** van de **yoghurt**, **mosterd**, 2el mayonaise, 2-3el olijfolie en 2-3el azijn. Breng de **dressing** op smaak met zout en peper.



4. Zonnebloempitten garen

Rooster de **zonnebloempitten** 3-5min in een kleine droge koekenpan op middelhoog vuur. Schep ze ui de pan en laat ze afkoelen.



5. Worst braden

Verhit de gebruikte koekenpan op middelhoog vuur met 1el olijfolie en braad de **worst** in 4-6min per kant goudbruin en gaar.



6. Salade afmaken

Snijd de **aardappels** door de helft, grotere exemplaren in vieren. Schep ze om met de **broccoli**, **bosui** en **dressing**. Proef of je nog zout, peper of azijn wil toevoegen. Serveer de **aardappelsalade** met de **worst** en bestrooi met de **zonnebloempitten**.