



Tex-mexwraps met varkensgehakt

en een frisse appel-komkommersalsa



ca. 20min



2 personen

Snel, sneller, snelst! Veel tijd heb je in ieder geval niet nodig om dit sublieme gerecht te maken. In een handomdraai zet je namelijk een fijne combinatie van smaken en texturen op tafel: zachte wraps, licht spicy varkensgehakt, zure room en een frisse en knapperige salsa van komkommer en appel. En dat alles in een half uurtje. Dus dek de tafel alvast, want dinner is served!

Wat je van ons krijgt

- 1 appel
- 1 komkommer
- 1 bosui
- 1 verse jalapeñopeper
- 1 groene paprika
- 1 zakje venkelzaad
- 1x varkensgehakt
- 5g verse oregano
- 1x wraps¹
- 1 beker zure room⁷

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- 2 grote koekenpannen

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

Kooktip

Van overgebleven wraps kun je zelf tortillachips maken! Snij ze in driehoeken, meng er olijfolie en zout doorheen en bak ze ca. 8min op 180°C in de oven.

Allergenen

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

Voedingswaarde per portie

calorieën 827kcal, vet 48.0g, koolhydraten 64.5g, eiwit 34.3g



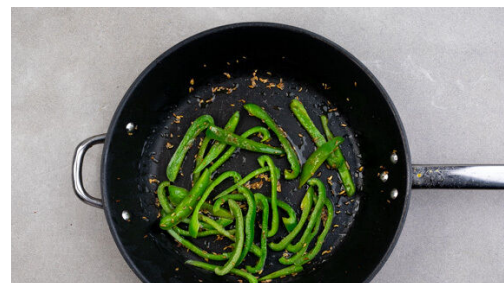
1. Salsa maken

Verwijder het klokhuis en snijd de **appel** in blokjes. Snijd de **helft van de komkommer** in blokjes, de **rest** is niet nodig. Snijd de **bosui** in dunne ringetjes. Verwijder de zaadlijsten van de **jalapeñopeper** en hak de **peper** fijn. Meng de **appel** in een kom met de **komkommer**, **bosui**, **1/2el van de jalapeño** (of meer), 1el olijfolie, 1/2el azijn en een snuf peper en zout.



4. Oregano voorbereiden

Hak de **oreganoblaadjes** fijn.



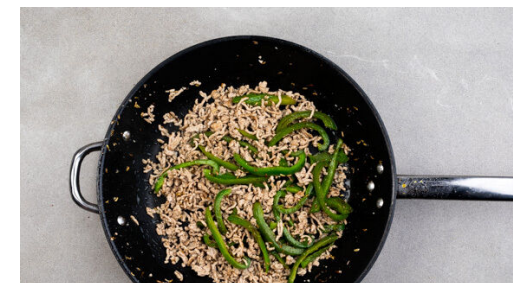
2. Paprika bakken

Verwijder de kern van de **paprika** en snijd deze in reepjes. Verhit een wok of grote koekenpan met 1el olijfolie op middelhoog vuur. Voeg de **paprika** met de **helft van het venkelzaad** en een snuf zout toe. Bak 2-3min.



5. Wraps verwarmen

Verhit een grote koekenpan op middelhoog vuur. Warm **4 wraps** om de beurt telkens in 15-30sec per zijde op, ze mogen zacht blijven (**zie kooktip, links**).



3. Gehakt bakken

Voeg het **gehakt** toe aan de pan. Schep om en bak het **vlees** in 4-5min rul en gaar. Breng op smaak met zout en peper.



6. Wraps beleggen

Besmeer de **wraps** met de **zure room** en bestrooi ze met peper en zout. Verdeel het **gehakt** met de **paprika** erover en garneer met de **salsa**, **oregano** en meer **jalapeñopeper** naar smaak.