



Broodje gebakken champignons

met dragonmayo en boerenkoolsalade



ca. 30min



2 personen

Eindelijk, een hamburger die je zonder schuldgevoel kunt eten! De dikke patty hebben we vervangen door gebakken champignons met knoflook, en in plaats van vette frietjes geef je er een citroenige boerenkoolsalade met walnoten bij. En groen is vandaag ook de kleur van de dip, want de fijne dragon tovert deze vegan mayo om in een yummy romig sausje.

Wat je van ons krijgt

- 1x boerenkool
- 1 citroen
- 25ml sojasaus ^{1,6}
- 250g kastanjechampignons
- 1 rode ui
- 2 tenen knoflook
- 10g verse kruidenmix: bieslook & dragon
- 2 zakjes vegan mayonaise ^{10,12}
- 2 burgerbroodjes ¹
- 25g walnoten ¹⁵

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- middelgrote koekenpan
- kleine koekenpan
- keukenrasp

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

Allergenen

gluten (1), soja (6), mosterd (10), zwaveldioxide en sulfieten (12), noten (15). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

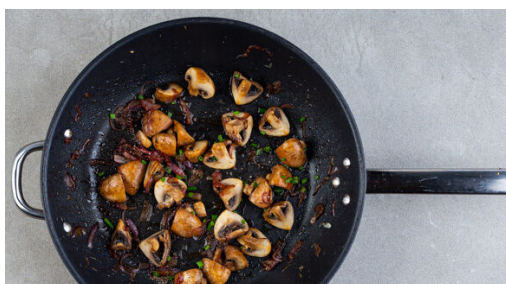
Voedingswaarde per portie

calorieën 631kcal, vet 44.8g, koolhydraten 43.2g, eiwit 15.1g



1. Salade maken

Verwarm de oven voor op 200°C (180°C hetelucht). Sorteert de **boerenkool**. Rasp de **citroenschil** fijn en pers de **citroen** uit. Meng **1el citroensap** met **1tl sojasaus** en 1el olijfolie. Hussel de **boerenkool** om met de **dressing** en kneed 1-2min stevig door. Breng op smaak met zout en zet apart tot het serveren.



4. Champignons bakken

Verhit een middelgrote koekenpan op hoog vuur met 1el olijfolie. Bak de **ui** 1-2min, draai het vuur middelhoog en voeg de **knoflook** en **champignons** toe. Roerbak 4-6min. Voeg **1el citroensap** en **1el sojasaus** toe en bak 1-2min. Schep de **helft van de bieslook** er doorheen en breng het geheel op smaak met zout en peper.



2. Groenten snijden

Borstel de **champignons** evt. schoon en snijd ze in kwarten. Halveer, pel en snijd de **ui** in fijne reepjes. Pel en hak of rasp de **knoflook** fijn. Snijd of knip de **bieslook** in ringetjes.



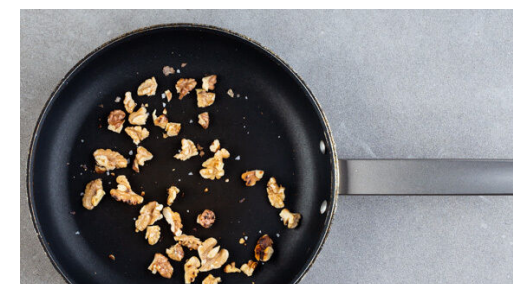
5. Broodjes afbakken

Snijd de **broodjes** open en leg ze met de snijkant naar boven op een bakplaat met bakpapier. Bak in ca. 5min af in de oven. Laat de **broodjes** iets afkoelen en bestrijk ze dan met de **dragonmayo**.



3. Dragonmayo maken

Pluk de **dragonblaadjes** van de steeltjes en hak ze fijn. Meng de **mayonaise** met **1el dragon** en 1el water en breng op smaak met zout, peper en evt. **meer dragon**.



6. Walnoten roosteren

Hak de **walnoten** grof en rooster ze 2-3min in een droge, kleine pan. Beleg de **broodjes** met de **champignons**, de **rest van de bieslook**, wat **boerenkoolsalade**, **citroenrasp** en de **walnoten**. Bestrooi de **boerenkoolsalade** met de **rest van de citroenrasp** en serveer met de **broodjes**.