



Hartige wentelteefjes met cheddar

met pittige coleslaw en mangodressing



ca. 25min



2 personen

Vandaag maak je een combinatie van twee ontbijtfavorieten: de tosti en het wentelteefje. Eerst beleg je de tosti met cheddar en rode ui, dan wentel je 'em in een met cajunkruiden losgeklopt ei en tot slot bak je 'em lekker krokant in de pan. Erbij serveer je een pittige coleslaw van witte kool en paprika met een dressing van chilipeper en mangosalsa. Verrassend en verrukkelijk!

Wat je van ons krijgt

- 1x mangosalsa
- 1 rode paprika
- 1 rode chilipeper
- 200g wittekoolreepjes
- 1 rode ui
- 4 sneetjes witbrood ¹
- 100g geraspte cheddar ⁷
- 1 pakje volle melk ⁷
- 1 zakje cajunkruiden ¹⁰

Wat je thuis nodig hebt

- ei ³
- mosterd ¹⁰
- honing
- peper en zout
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- grote koekenpan met deksel
- maatbeker
- garde

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

Allergenen

gluten (1), eieren (3), melk (7), mosterd (10). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 781kcal, vet 45.0g, koolhydraten 63.3g, eiwit 28.7g



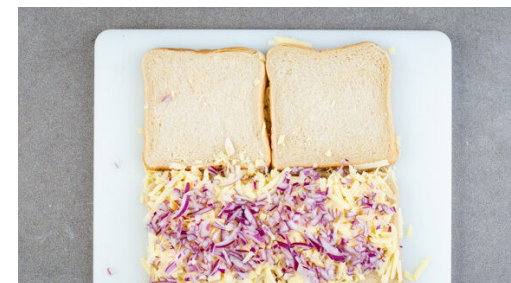
1. Dressing maken

Meng een **dressing** van de **mangosalsa**, 1 el olijfolie, 2el lichte azijn, 2tl honing en 1/2tl zout.



2. Coleslaw maken

Verwijder de kern en snijd de **paprika** in reepjes, snijd de **reepjes** evt. nog een keer doormidden. Snijd de **chilipeper** in dunne ringen, verwijder de zaadlijsten als je het minder pittig wilt. Meng de **witte kool**, de **paprika** en de **helft van de chilipeper** met de **dressing**.



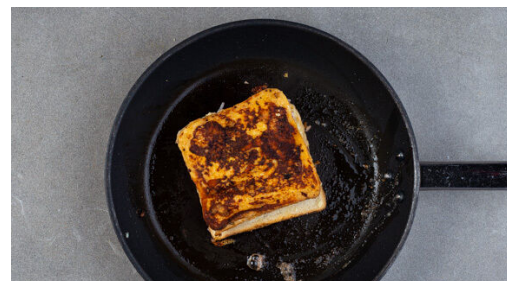
3. Tosti's vullen

Halveer, pel en hak de **ui** fijn. Beleg **2 sneetjes brood** met de **kaas** en de **ui**, en dek af met de **overige 2 sneetjes brood**.



4. French toasts maken

Klop een ei los met 2tl mosterd, **75ml melk**, de **cajunkruiden** en een snuf zout en peper. Wentel de **French toasts** voorzichtig met beide kanten door het **eimengsel**. Verhit een grote koekenpan op middelhoog vuur met 2el olijfolie.



5. French toasts bakken

Voeg de **French toasts** toe aan de pan, leg een deksel op de pan en bak ze in ca. 4min goudbruin. Draai om, leg de deksel weer op de pan en bak nog ca. 3min, totdat ook deze kant goudbruin is en de **kaas** gesmolten is.



6. Afmaken en serveren

Verdeel de **coleslaw** over borden en bestrooi met de **rest van de chilipeper** naar smaak. Snijd de **French toasts** diagonaal doormidden en serveer met de **coleslaw**.