

Tartine met kikkererwtenspread

en knapperige groentesalade



Cooking Time



2 personen

Tartine is een duur woord voor sandwich. De veggie sandwich die je vandaag maakt, bestaat uit een knapperig baguette met een kikkererwtenspread, geserveerd met een zelfgemaakte uienpickle en een salade van yacón. Deze bijzondere, ietwat zoet smakende groente komt bij onze leverancier Bio-port vandaan en is een soort grondappel die in Europa slechts op kleine schaal verbouwd wordt. Smullen maar!

Wat je van ons krijgt

- gele paprika
- baguette ¹
- verse peterselie
- zonnebloempitten
- rode ui
- citroen
- kikkererwten
- yacón
- bosui

Wat je thuis nodig hebt

- azijn
- suiker
- peper en zout
- olijfolie

Kookgerei

- zeef
- dunschiller
- aardappelstamper
- bakplaat met bakpapier
- keukenrasp
- oven

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

Allergenen

gluten (1). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

1. Ingrediënten voorbereiden

Verwarm de oven voor op 220°C. Snijd de **baguette** in de lengte doormidden. Halveer de **paprika**, verwijder de kern en het steeltje en snijd de **paprikahelften** nog eens doormidden. Leg de **paprikastukken** en het **brood** op een bakplaat met bakpapier en besprenkel ze met olijfolie en bestrooi met een snuf zout. Rooster 8-10min in de oven.

4. Kikkererwtenspread maken

Snijd de **citroen** doormidden en pers **een citroenhelft** boven de kom met **kikkererwten** uit. Prak de **kikkererwten** met een aardappelstamper of vork tot een grove massa. Roer er dan 1-2el olijfolie door en breng de **spread** op smaak met peper en zout.

2. Brood en paprika bakken

Pel en snijd de **ui** intussen in dunne ringen. Meng 1-2el azijn, 1tl suiker en een flinke snuf zout in een kommetje. Roer door tot de suiker is opgelost en voeg dan de **ui** aan de **marinade** toe, roer door en zet opzij. Neem na 8-10min het **brood** uit de oven en rooster de **paprika** nog 5-10min langer tot deze gaar en goudbruin is.

5. Yacónsalade maken

Schil de **yacón** en was hem grondig. Rasp de **yacón** grof. Pers de **2e citroenhelft** uit. Meng de **yacón** met de **gehakte peterselie**, **rest van de bosui** en **zonnebloempitten**, 1el olie, **1el citroensap** en **1el picklevocht van de rode ui** in een kom. Breng de **salade** op smaak met zout en peper.

3. Topping voorbereiden

Giet de **kikkererwten** in een zeef af en spoel ze om. Snijd de **bosui** in de breedte doormidden en snijd **een helft** in dunne ringen. Houd **2el kikkererwten** apart en doe de **rest van de kikkererwten** met de **bosuiringen** in een kom. Snijd de **rest van de bosui** in de lengte doormidden en vervolgens in dunne, lange reepjes. Hak de **peterselie** zonder hardere steeltjes fijn.

6. Tartine beleggen

Hak de **geroosterde paprika** grof. Hak de **uienpickle** grof. Lepel de **gehakte paprika** en de **helft van de uienpickle** door de **kikkererwtenspread**. Besmeer het **brood** met de **spread** en garneer met de **yacónsalade**, de **rode uienpickle** en de achtergehouden **kikkererwten**. Serveer de **tartines** met de evt. **overgebleven salade** ernaast.