

DINNERLY



"Loaded fries" met aardappelpartjes en een vegan bolognesesaus



ca. 35min



2 personen

Loaded fries zijn de afgelopen jaren heel populair geworden. Kort gezegd is het een bord friet waar je allerlei ingrediënten, gehakt en een saus op schept – een soort frietje kapsalon, dus, maar dan hipper. Vandaag maak je een versie met aardappelpartjes, Italiaanse saus én vegan gehakt. Heel origineel en helemaal plantaardig. Geniet ervan!

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 1 zakje vastkokende aardappels
- 1 ui
- 1 wortel
- 2 stengels bleekselderij⁹
- 1 blikje tomatenpuree
- 200g vegan gehakt⁶
- 1 zakje Italiaanse kruidenmix

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 1 teen knoflook
- peper en zout
- suiker
- olijfolie
- azijn

KOOKGEREI

- oven
- bakplaat met bakpapier
- grote koekenpan
- maatbeker

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

ALLERGENEN

soja (6), selderij (9). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 664kcal, vet 32.9g, koolhydraten 63.2g, eiwit 21.9g



1. Aardappelpartjes bakken

Verwarm de oven voor op 240°C (220°C hetelucht) – haal eerst de bakplaat eruit. Schrob de **aardappels** en snij ze **mét schil** in partjes van ca. 1cm breed. Hussel deze om met 1el olijfolie, ½tl zout en een snuf peper. Verdeel ze over een bakplaat met bakpapier en rooster in 16-20min goudbruin en knapperig. Schep halverwege de baktijd goed om.



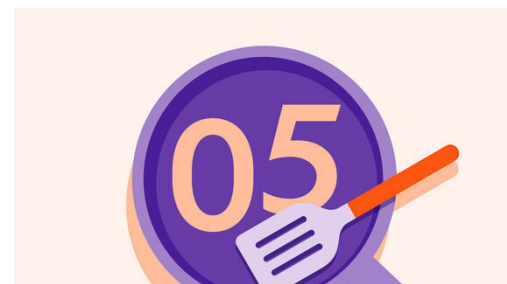
4. Vegan gehakt rullen

Roer de knoflook en **tomatenpuree** door de pan en bak 2min mee. Voeg het **vegan gehakt** toe en roer goed door om het in kleine stukjes te breken. Strooi er een flinke snuf suiker overheen en bak 5-8min tot het **gehakt** mooi bruin is.



2. Groenten snijden

Pel de **ui** en snipper 'm grof. Schil of schrob de **wortel**, halveer 'm in de lengte en snij overdwars in plakjes van ca. 1cm dik. Snij 1½ **stengels bleekselderij** in boogjes van ca. 0,5cm breed – de rest van de **bleekselderij** kun je voor een ander recept bewaren (of eet 't als een gezonde snack tijdens het koken!).



5. Afmaken en serveren

Roer 1tl (wittewijn)azijn door de pan en schraap voorzichtig stukjes van de bodem. Giet dan de **kruidenmix** en 225ml water erbij. Roer goed door, kruid met een snuf peper en breng aan de kook. Zet het vuur lager en laat de **sous** 1-2min indikken. Verdeel de **aardappelpartjes** over de borden en schep de **sous** erover.



3. Groenten opbakken

Verhit een grote koekenpan met 2e olijfolie. Voeg de **ui**, **wortel** en **bleekselderij** toe met ½tl zout. Bak 7-10min op middelhoog vuur tot de **groenten** zacht worden. Pel 1 teen knoflook en snij 'm fijn.



6. Lekker groen

We maken vandaag een vegan bolognesesaus en daar kun je natuurlijk nog allerlei verse kruiden in kwijt. Doet het basilicumplantje in de vensterbank het bijzonder goed? Snij wat blaadjes in dunne reepjes en strooi ze over de borden!