



Zoete aardappel met miso-paddenstoelen

en rucolasalade met limoen



40-50min



2 personen

Geroosterde zoete aardappels zijn zo'n veelzijdig ingrediënt waar je alle kanten mee op kunt: roosteren, frituren, koken, pureren, enzovoorts. Vandaag roosteren we de aardappel in de oven en beleggen deze met opgebakken oesterzwammen in een bijzondere, rokerige misosaus. Laat wat kaas erover smelten, en we beginnen al helemaal te likkebaarden!

Wat je van ons krijgt

- 2 zoete aardappels
- 1 onbehandelde limoen
- 1 teen knoflook
- 250g oesterzwammen
- 1 zakje misopasta ^{1,6}
- 1 zakje gerookt paprikapoeder
- 50g geraspte jong belegen kaas ⁷
- 1 bosui
- 50g rucola

Wat je thuis nodig hebt

- honing
- mosterd ¹⁰
- peper en zout
- olijfolie

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- middelgrote koekenpan
- bakkwast
- citruspers

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

Allergenen

gluten (1), soja (6), melk (7), mosterd (10). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

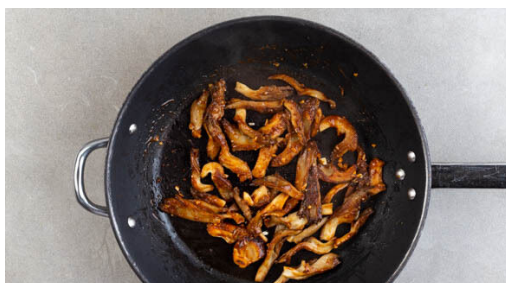
Voedingswaarde per portie

calorieën 549kcal, vet 31.1g, koolhydraten 48.9g, eiwit 16.5g



1. Zoete aardappel bakken

Verwarm de oven voor op 220°C (200°C hetelucht) – haal eerst de bakplaat eruit. Halveer de **zoete aardappels mét schil** en steek er een paar keer in met een vork. Leg de **helften** op een bakplaat met bakpapier, bestrijk elk met ½el olijfolie en kruid ze met een snuf peper en zout. Zet ze in de voorverwarmde oven en bak 30-35min.



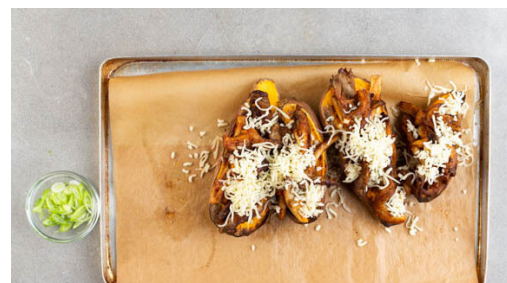
4. Paddenstoelen bakken

Verhit een middelgrote koekenpan met 2tl olijfolie op middelhoog vuur. Voeg de **paddenstoelen** toe met een snuf zout en bak 7-9min tot ze zacht en glanzend zijn geworden. Giet de **saus** erbij en hussel om tot de **paddenstoelen** rondom bedekt zijn. Haal de pan van het vuur.



2. Ingrediënten voorbereiden

Halveer de **limoen**, pers **1 helft** uit en snijd de **andere helft** in partjes. Pel de **knoflook** en snijd of pers heel fijn. Schrob evt. de **paddenstoelen** en scheur de grotere voorzichtig in kleinere stukken.



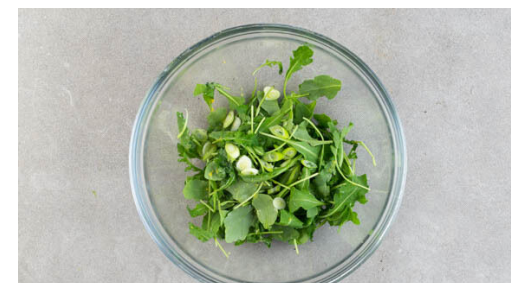
5. Aardappels beleggen

Zet de bakplaat even op onderzetters op het aanrecht. Beleg **elke helft** met **2-3el paddenstoelen** en verdeel de **kaas** erover. Bak nog eens 4-7min tot de **kaas** goudbruin is.



3. Saus maken

Klop een **gladde saus** van de **misopasta**, **1tl limoensap**, de **helft van het paprikapoeder**, 1tl honing en 1el water. (De **rest van het paprikapoeder** kun je voor een ander recept bewaren.)



6. Salade mixen

Snij de **bosui** in dunne ringen. Maak een **dressing** van **2/3 van de bosui**, **1tl limoensap**, 1tl olijfolie, 1tl honing en 1tl mosterd. Meng deze **dressing** door de **rucola** en kruid met een snuf peper en zout. Verdeel de **aardappels** over de borden, bestrooi met de **rest van de bosui** en serveer met de **salade**, de **limoenpartjes** en evt. overgebleven **paddenstoelen**.