



Supersnel: vegan wraps met kipstuckjes

met rodekoolsalade en ingelegde komkommer



ca. 20min



2 personen

Met wraps maak je zowel kinderen als grote mensen blij. En in dit geval maak je je ook geliefd bij de veggie-fans aan tafel, want je serveert deze exemplaren met de kipstuckjes van De Vegetarische Slager. Je maakt er een prachtig roze rodekoolsalade met dille bij en razendsnelle ingelegde komkommerreepjes. Lekker en snel klaar!

Wat je van ons krijgt

- 1 komkommer
- 1 rode ui
- 1 teen knoflook
- 10g verse dille
- 1 tomaat
- 200g rodekoolreepjes
- 1 pakje vegan kipstuckjes ⁶
- 10g za'atar kruidenmix ¹¹
- 1x wraps ¹

Wat je thuis nodig hebt

- 2el vegan mayonaise
- peper en zout
- suiker
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- 2 grote koekenpannen
- dunschiller

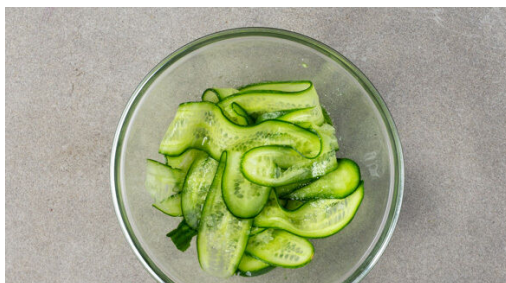
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

gluten (1), soja (6), sesamzaad (11). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 683kcal, vet 33.3g, koolhydraten 64.7g, eiwit 26.4g



1. Komkommer inleggen

Schaaf met een dunschiller of kaasschaaf dunne linten van de **komkommer**. Meng ze met 2el azijn, ½tl suiker en een snuf zout en zet opzij. Snijd het **binnenste van de komkommer** in blokjes en houd apart.



2. Groenten snijden

Pel en hak de **ui** fijn. Pel en rasp of hak de **knoflook** fijn. Hak de **dille incl. steeltjes** fijn en snijd de **tomaat** in dunne plakjes.



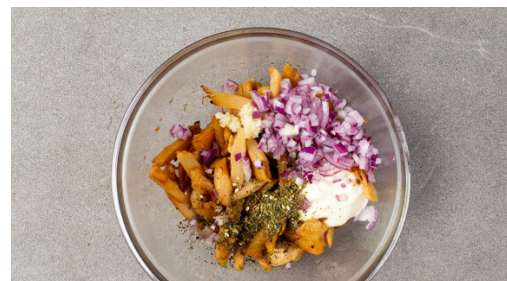
3. Kool voorbereiden

Kneed de **rodekoolreepjes** ca. 2min stevig met een flinke snuf zout, tot de **kool** zachter is (doe hierbij evt. keukenhandschoenen aan). Roer dan de **helft van de ui** met de **dille** en 1el olijfolie door de **rode kool** en breng op smaak met een flinke snuf suiker en peper.



4. Kipstuckjes bakken

Snijd de **kipstuckjes** iets kleiner. Verhit een grote koekenpan op hoog vuur met 1el olijfolie en bak de **kipstuckjes** in 2-3min rondom goudbruin. Breng op smaak met een flinke snuf zout en peper.



5. Kipstuckjes afmaken

Meng de **kipstuckjes**, **komkommerblokjes**, de **rest van de ui** en **knoflook** met 2el vegan mayonaise en de **za'atar**. Roer er **1el komkommerpicklewater** door en breng op smaak met peper en zout.



6. Wraps opwarmen

Verhit een 2e koekenpan op middelhoog vuur en warm de **wraps** om de beurt in ca. 15sec per kant op. Beleg de **wraps** met de **rode kool**, **kipstuckjessalade**, **tomaten** en de **komkommerpickle**. Vouw de **wraps** dicht en serveer de **rest van de rode kool** erbij.