



## Zoete aardappel-bowl met crème fraîche

met kikkererwten en spinazie



20-30min



2 personen

Deze kleurrijke bowl straalt als een Noord-Afrikaanse zonsopgang: zijdezachte zoete aardappel en krokante kikkererwten - subtiel op smaak gebracht met een hartige kruidenmix - op een groene spinaziesalade met knapperige blokjes paprika en een verfrissende knoflookcrème. Laat het culinaire ontwakken beginnen!

### Wat je van ons krijgt

- 2 zoete aardappels
- 1 blik biologische kikkererwten
- 1 zakje Noord-Afrikaanse kruidenmix
- 1 paprika
- 1 teen knoflook
- 1 kuipje crème fraîche <sup>7</sup>
- 100g babyspinazie

### Wat je thuis nodig hebt

- 1 el mayonaise <sup>3</sup>
- ½tl honing
- peper en zout
- suiker
- olijfolie
- azijn

### Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- zeef

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

### Allergenen

eieren (3), melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

### Voedingswaarde per portie

calorieën 910kcal, vet 58.8g, koolhydraten 73.8g, eiwit 13.8g



#### 1. Zoete aardappel snijden

Verwarm de oven voor op 240°C (220°C hetelucht). Snijd de **zoete aardappels incl. schil** in partjes van ca. 1cm breed.



#### 2. Groente bakken

Spoel de **kikkererwten** in een zeef met koud water, laat uitlekken en dep ze evt. droog met wat keukenpapier. Verdeel de **kikkererwten** met de **zoete aardappel** over een bakplaat met bakpapier en meng ze met 2el olijfolie, de **kruidenmix** en ½tl peper en zout. Rooster in 17-20min knapperig en goudbruin in de oven.



#### 3. Paprika inmaken

Verwijder de zaadlijsten en snijd de **paprika** in kleine blokjes. Meng met 2el lichte azijn en een snuf peper, zout en suiker en zet opzij.



#### 4. Crème fraîche afmaken

Pel en hak de **knoflook** grof. Meng de **crème fraîche** met 1el mayonaise, 2el water, ½tl honing en de **knoflook**. Voeg evt. meer water toe als je de **sous** te dik vindt. Voeg ½tl peper toe en evt. meer honing naar smaak.



#### 5. Salade maken

Giet de **paprika** af in een zeef en vang hierbij de **vloeistof** op. Klop de **vloeistof** met 2el olijfolie tot een **dressing**. Meng de **spinazie** met de **dressing**.



#### 6. Afmaken en serveren

Verdeel de **spinaziesalade** over borden en top met de **zoete aardappel**, de **kikkererwten** en de **paprika**. Bedruppel met de **knoflookcrème** en serveer.