



V: Mexicaanse loaded chili fries

met vegan cashew-queso en tomatensalsa



30-40min



2 personen

Daar is-ie weer, het beste soulfood ooit: loaded fries! Gegratineerde zoete aardappelfrietjes met allerlei heerlijke toppings. En vandaag in Mexicaanse stijl met tomaten, uien, jalapeñopeper, limoen en koriander. Erbij vegan queso, een rijke saus op basis van cashewnoten en edelgistvlokken. Eet smakelijk!

Wat je van ons krijgt

- 1 grote zoete aardappel
- 100g cashewnoten ¹
- 1 onbehandelde limoen
- 1 paprika
- 1 blik biologische kidneybonen
- 1 zakje Mexicaanse kruidenmix
- 1 teen knoflook
- 1 zakje edelgistvlokken
- 2 tomaten
- 1 rode ui
- 1 jalapeñopeper
- 10g verse koriander

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- plantaardige olie
- azijn

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- grote koekenpan
- staafmixer met beker
- citrusspers
- vergiet

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

Kooktip

Maak de salsa evt. zonder chilipeper als er kinderen mee-eten.

Allergenen

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

Voedingswaarde per portie

calorieën 906kcal, vet 41.8g, koolhydraten 97.6g, eiwit 28.4g



1. Aardappels bakken

Verwarm de oven voor op 250°C (230°C hetelucht). Snijd de **zoete aardappels incl. schil** in dikke frieten en meng met 1el plantaardige olie en een flinke snuf peper en zout. Verdeel de **friet** over een bakplaat met bakpapier en bak in 25-30min goudbruin en gaar in de oven. Schep halverwege goed om.



4. Queso maken

Pel de **knoflook**, halveer en voeg met de **rest van de kruidenmix**, **1-2el limoensap**, de **edelgistvlokken** en een flinke snuf zout toe aan de beker met **cashewnoten**. Pureer tot een gladde **saus**. Voeg evt. 1 voor 1 eetlepels water toe om de consistentie aan te passen. Proef en breng evt. verder op smaak met peper en zout.



2. Cashews weken

Doe de **cashewnoten** in een hoge (maat)beker en schenk er 100ml heet water bij. Pers de **limoen** uit.



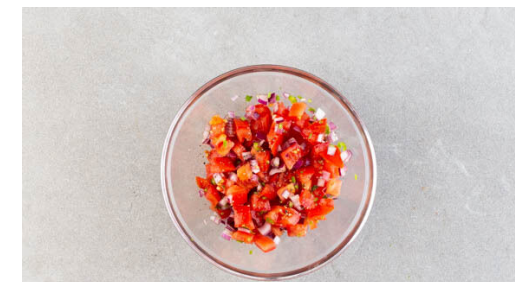
5. Topping voorbereiden

Verwijder de harde kern van de **tomaten** en snijd in kleine blokjes. Pel de **ui** en snipper fijn. Snijd de **helft van de peper** in dunne ringetjes en hak de **andere helft** fijn. **Tip:** verwijder de zaadlijsten om het gerecht minder scherp te maken. Pluk de **korianderblaadjes** en hak ze grof. Hak de **steeltjes** fijn.



3. Groente bakken

Verwijder de zaadlijsten uit de **paprika** en snijd het **vruchtvlees** in dunne reepjes. Spoel de **bonen** af in een zeef en laat uitlekken. Verhit een grote koekenpan op medium tot hoog vuur met 1el plantaardige olie. Roerbak de **paprika** en **bonen** met de **helft van de kruidenmix** en een flinke snuf zout 6-7min. Neem de pan van het vuur en roer er 1el azijn door.



6. Salsa maken

Meng de **tomaat**, **ui**, **gehakte peper naar smaak** en de **koriandersteeltjes** met de **rest van het limoensap** of 1el azijn en een snuf peper en zout. Verdeel de **paprika** en **bonen** over de **zoete aardappelfriet**, garneer naar smaak met de **queso**, **salsa**, **korianderblaadjes** en **ringetjes peper** en serveer.