MARLEY SPOON

Supersnel: Tacosalade met vegetarisch gehakt

met cheddar en koriander-limoendressing

binnen 20min 2 personen

Moet het weer snel gaan, maar wil je niet inleveren op smaak? Onze supersnelle recepten kunnen je daarbij helpen. Vandaag hebben we een kleurrijke salade voor je, met tomaat en een friszure koriander-limoendressing met maïs. Sappig vegan gehakt en cheddar zijn altijd lekker, en erbij serveer je tortillachips. Eet smakelijk!

Wat je van ons krijgt

- 1 blik maïs
- 200g vegan gehakt [6]
- 1 bosui
- 10g verse koriander
- 1 onbehandelde limoen
- 1 zakje Mexicaanse kruidenmix
- 2 kroppen babyromanasla
- 1 tomaat
- 75g geraspte cheddar [7]
- 1 zakje tortillachips

Wat je thuis nodig hebt

- 3el mayonaise [3]
- 1el tomatenketchup
- peper en zout
- plantaardige olie

Kookgerei

- middelgrote koekenpan
- citruspers
- zeef

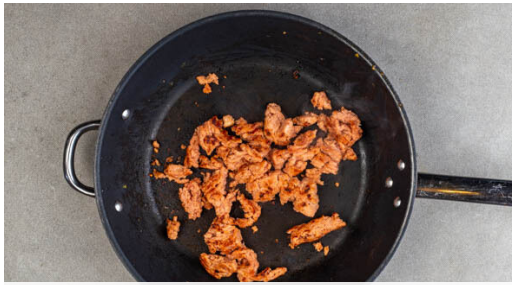
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen
eieren (3), soja (6), melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie
calorieën 1125kcal, vet 68.1g, koolhydraten 86.5g, eiwit 35.0g

1. Maïs bakken

Giet de **maïs** af in een zeef en laat uitlekken. Verhit een middelgrote koekenpan op medium tot hoog vuur met 1el plantaardige olie. Voeg de **maïs** met een flinke snuf zout toe aan de pan en bak ca. 2min zonder te roeren, tot de **maïs** grillsporen vertoont. Schep of roer dan om en bak nog ca. 2min zonder roeren.



2. Gehakt bakken

Schep de **maïs** uit de pan. Voeg ½el plantaardige olie toe aan de pan en bak het **vegan gehakt** op middelhoog vuur in 5-7min goudbruin.

3. Dressing voorbereiden

Snijd ondertussen de **bosui** in heel dunne ringen. Hak de **koriander incl. steeltjes** fijn. Pers de **limoen** uit.

4. Dressing maken

Klop een **dressing** van de **bosui**, **koriander**, 3el mayonaise, **1el limoensap** en de **helft van de kruidenmix**. Breng evt. verder op smaak met peper en zout en schep dan de **maïs** er door.

5. Ingrediënten snijden

Snijd de **babyromanasla** in repen van ca. 2cm. Snijd de **tomaat** grof. Schep de **sla** en de **tomaat** door de **maïs**.

6. Gehakt afmaken

Roer 1el ketchup en de **rest van de kruidenmix** door het **vegan gehakt**. Breng evt. verder op smaak met peper en zout. Verdeel de **salade** over kommen of diepe borden en top met het **vegan gehakt**. Bestrooi met de **kaas** en serveer met de **tortillachips**.