

DINNERLY



Enchilada's met vega gehakt en courgette met ingelegde rode kool en romige dip



ca. 30min



2 personen

Vandaag maken we één van onze favorieten: enchilada's, oftewel goed gevulde tortilla's uit de oven. Vegan gehakt gekruid met pittige harissa, gebakken courgette en knapperige rode kool worden zorgvuldig verpakt in krokant gebakken tortilla's. Voeg een saus met crème fraîche toe en je hebt een heerlijke maaltijd. Wij kunnen er makkelijk twee van eten!

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 1 stuk rode kool
- 1 courgette
- 200g vegan gehakt ⁶
- 1 zakje Mexicaanse kruidenmix
- 1x tortilla's ¹
- 1 kuipje crème fraîche ⁷

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 2 tenen knoflook
- 1tl mosterd ¹⁰
- 1el honing
- zout
- suiker
- plantaardige olie
- azijn

KOOKGEREI

- oven
- middelgrote ovenschaal
- grote koekenpan

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

KOOKTIP

De resterende tortilla's kun je invriezen voor een ander gerecht.

ALLERGENEN

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

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 872kcal, vet 47.8g, koolhydraten 77.5g, eiwit 26.6g



1. Rode kool inleggen

Verwarm de oven voor op 250°C (230°C hetelucht). Snij de **rode kool** in dunne reepjes. Los 1el suiker en een flinke snuf zout op in 3el (witte wijn)azijn. Kneed het **mengsel** grondig door de **rode kool** tot de **kool** wat zachter wordt.



2. Courgette bakken

Snij de **courgette** in blokjes van ca. 1cm. Verhit een grote koekenpan met 2el plantaardige olie op hoog vuur. Voeg de **courgette** toe met ½tl zout en bak ca. 5min, tot ie mooi bruin is. Pel 2 tenen knoflook en snij fijn.



3. Vegan gehakt rullen

Voeg het **vegan gehakt** en de knoflook toe aan de koekenpan en bak nog 2min tot het **vegan gehakt** kruimelig en bruin is. Neem de pan van het vuur en roer ⅓ van de **kruidenmix** erdoor.



4. Tortilla's vullen

Verdeel de **courgette** en het **vegan gehakt** gelijkmatig over 4 **tortilla's** en voeg aan elke **tortilla** 2el **rode kool** toe. Rol de **tortilla's** op en leg ze dicht naast elkaar in een middelgrote ovenschaal. Bak 7-8min in de oven tot de bovenkant van de **tortilla's** mooi bruin is.



5. Afmaken en serveren

Maak een **dip** van de **crème fraîche**, de **rest van de kruidenmix**, 1-2el water, 1el honing, 1tl mosterd, ½tl (witte wijn)azijn en een flinke snuf zout. Druppel de **dip** over de **gebakken tortilla's** en serveer met de **rest van de ingelegde rode kool**.



6. Knapperig korstje

Bijna alles is lekker met kaas! Eens? Strooi dan wat geraspte kaas over de **tortilla's** voordat je ze bakt. Zo kan het er overheen smelten en een knapperig korstje vormen.