



Vegan schnitzelsandwich

met mangosalsa en madras-groente



ca. 40min



2 personen

Wij vinden vegan schnitzels echt geweldig, je kunt er namelijk net zo veel mee doen als met gewone schnitzels. Zoals bijvoorbeeld deze klassieker: de schnitzelsandwich. Vandaag serveer je 'm met een licht pittige tomatensalsa met mangochutney en geroosterde zoete aardappel en wortel met madraskruiden. Nog een handje pinda's erover voor de crunch en eet smakelijk!

Wat je van ons krijgt

- 1 zoete aardappel
- 1 wortel
- 1 zakje madraskruiden ²
- 1 rode ui
- 1 jalapeñopeper
- 2 tomaten
- 1 pakje Indiase mangochutney
- 2 baguettes ¹
- 2 vegan kipschnitzels ¹
- 25g gezouten pinda's ³

Wat je thuis nodig hebt

- 2el vegan mayonaise
- 1el tomatenketchup
- peper en zout
- plantaardige olie
- azijn

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- middelgrote koekenpan
- dunschiller

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

Kooktip

Als het gerecht niet vegan hoeft te zijn kun je ook gewone mayonaise gebruiken.

Allergenen

Gluten (1), Mosterd (2), Pinda's (3). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 1055kcal, vet 45.0g, koolhydraten 127.6g, eiwit 29.0g



1. Groente roosteren

Verwarm de oven voor op 240°C (220°C hetelucht). Schil de **zoete aardappel** en snijd in staafjes van ca. 2cm dik. Schil of schrob de **wortel**, snijd in de lengte doormidden en dan in staafjes van 3-4cm. Verdeel de **groente** over een bakplaat met bakpapier en meng met 1el plantaardige olie, de **helft van de madraskruiden** en een snuf zout. Rooster ca. 15min in de oven.



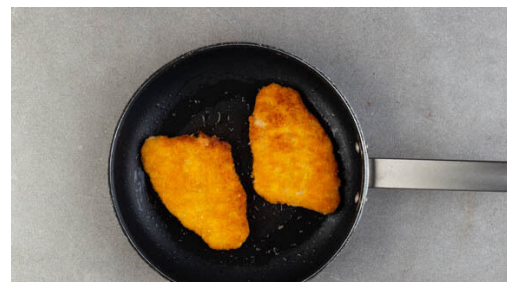
4. Broodjes bakken

Bak de **broodjes** in 6-8min af in de oven.



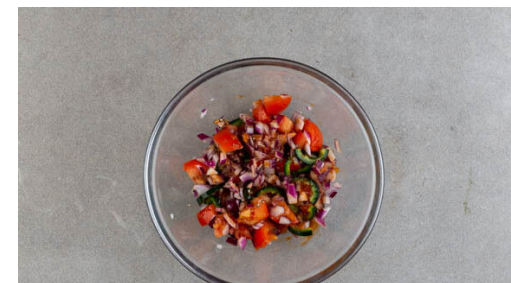
2. Salsa voorbereiden

Pel de **ui** en snipper fijn. Snijd de **peper** in lengte doormidden, verwijder de zaadlijsten en snijd dan in heel dunne reepjes. Verwijder de harde kern van de **tomaten** en snijd in blokjes van 1-2cm.



5. Schnitzels bakken

Verhit een middelgrote koekenpan op middelhoog vuur met 2el plantaardige olie. Bak de **schnitzels** in 3-4min per kant warm en krokant.



3. Salsa afmaken

Meng de **chutney** met de **ui**, de **chilipeper**, de **tomaat**, 1el ketchup en ½tl azijn. Breng de **salsa** op smaak met peper en zout. **Tip:** gebruik evt. minder **chilipeper** als je het minder pittig wilt.



6. Schnitzels snijden

Snijd de **schnitzels** in repen. Snijd de **broodjes** open en bestrijk ze met in totaal 2el vegan mayonaise. Beleg de **broodjes** met de **schnitzelrepen** en de **salsa**. Bestrooi de **madras-groente** met de **pinda's** en serveer bij de **sandwiches**.