



## Gebakken feta met verse maïs

met gemengde salade en guacamole



ca. 25min



2 personen

Vandaag komt het beste van twee werelden samen op je bord: mediterrane, ziltige feta die goudbruin en krokant gebakken wordt in de oven bovenop een Zuid-Amerikaanse salade met rode kool, appel en koriander. Guacamole, verse maïs en zoetzure ingemaakte ui maken deze voedzame maaltijd helemaal af!



## Wat je van ons krijgt

- 1 rode ui
- 1 verse maïskolf
- 100g feta <sup>2</sup>
- 1 zakje Mexicaanse kruidenmix
- 1 krop ijsbergsla
- 1 stuk rode kool
- 1 appel
- 10g verse koriander
- 1 bakje guacamole

## Wat je thuis nodig hebt

- 2el mayonaise <sup>1</sup>
- peper en zout
- suiker
- olijfolie
- azijn

## Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- middelgrote kookpan

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

### Allergenen

Eieren (1), Melk (2). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

### Voedingswaarde per portie

calorieën 734kcal, vet 58.0g, koolhydraten 36.6g, eiwit 19.1g



### 1. Ui inleggen

Verwarm de oven voor op 220°C (200°C hetelucht). Halveer, pel en snijd de **ui** in fijne reepjes. Meng **2/3 van de ui** met 1el azijn en een snuf suiker en zout. Zet opzij.



### 4. Salade voorbereiden

Snijd de **ijsbergsla** en **rode kool** in reepjes, verwijder de stronk. Verwijder het klokhuis en snijd de **appel** in dunne plakjes. Hak de **koriander incl. steeltjes** grof. Meng de **rode kool**, de **ijsbergsla**, de **appelschijfjes** en **2/3 van de koriander** tot een **salade**.



### 2. Maïs koken

Breng in een middelgrote kookpan voldoende water aan de kook voor de **maïs**. Verwijder de bladeren en draden van de **maïskolf**. Voeg de **maïskolf** toe aan het kokende water en kook in ca. 18min gaar.



### 5. Dressing maken

Klop een **dressing** van de **rest van de kruidenmix**, 2el mayonaise, 1el olijfolie en 1el azijn. Proef en breng op smaak met peper, zout en evt. meer azijn. Haal de **maïskolf** uit het water zodra het gaar is en snijd de **maïskorrels** met een scherp mes van de **kolf** af.



### 3. Feta bakken

Meng de **feta** met de **rest van de ui**, de **helft van de kruidenmix** en 1el olijfolie en leg op een bakplaat met bakpapier. Bak in 10-12min goudbruin in de oven. **Tip:** zet in de laatste 4min baktijd de grillfunctie aan.



### 6. Afmaken en serveren

Giet de **ingelegde ui** af. Meng de **salade** met de **dressing** en verdeel over de borden. Verdeel de **guacamole**, **maïs**, en **ingelegde ui** over de **salade**. Leg de **gebakken feta met ui** tot slot erbovenop en bestrooi met de **rest van de koriander**.