



Vegan wraps met kipstuckjes

met rodekoolsalade en ingelegde komkommer



20-30min



2 personen

Met wraps maak je zowel kinderen als grote mensen blij. Zeker als je deze exemplaren serveert, met kipstuckjes van de Vegetarische Slager. Je maakt er een prachtig roze rodekoolsalade bij, je legt wat komkommer in het zuur en dankzij de veganistische mayonaise zet je ook nog eens een hele fijne dipsaus op tafel.

Wat je van ons krijgt

- 1 minikomkommer
- 1 rode ui
- 1 teen knoflook
- 10g verse dille
- 1 tomaat
- 1x rodekoolreepjes
- 1 pakje vegan kipstuckjes ⁶
- 2 zakjes vegan mayonaise ^{10,12}
- 1 zakje za'atar ¹¹
- 1x wraps ¹

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- suiker
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- 2 grote koekenpannen
- dunschiller

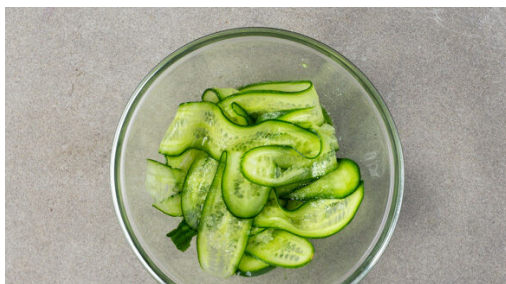
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

gluten (1), soja (6), mosterd (10), sesamzaad (11), zwaveldioxide en sulfieten (12). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 719kcal, vet 37.8g, koolhydraten 64.3g, eiwit 26.4g



1. Komkommerpickle maken

Schaaf met een dunschiller of kaasschaaf lange linten van de **minikomkommer**. Draai na elke haal een kwartslag en stop bij de kern. Meng de **linten** met 2el azijn, 1/2-1tl suiker en een snuf zout en zet opzij. Snijd de **kern van de komkommer** in blokjes en houd apart.



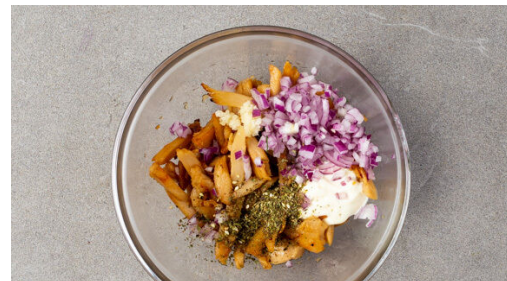
4. Kipstuckjes bakken

Snijd de **kipstuckjes** in reepjes. Verhit een middelgrote koekenpan op hoog vuur met 1el olijfolie en bak de **kipstuckjes** in 2-3min rondom goudbruin. Voeg een flinke snuf zout en peper toe.



2. Groenten snijden

Pel en hak de **ui** fijn. Pel en rasp of hak de **knoflook** fijn. Hak de **dille incl. steeltjes** fijn en snijd de **tomaat** in dunne plakjes.



5. Kipstuckjes afmaken

Meng de **kipstuckjes** met de **komkommer**, **mayonaise**, **knoflook**, de **rest van de ui** en de **za'atar**. Roer er **1el komkommerpicklewater** door en breng de **salade** op smaak met peper en zout.



3. Kool voorbereiden

Kneed de **helft van de koolreepjes** en een flinke snuf zout stevig met je handen, tot de **kool** zachter is. Roer dan de **helft van de ui**, de **dille** en 1el olijfolie door de **slaw** en breng op smaak met een snuf peper en suiker. Je hebt de **rest van de koolreepjes** niet nodig.



6. Wraps opwarmen

Verhit een 2e middelgrote koekenpan op middelhoog vuur en warm **4 wraps** om de beurt in ca. 15sec per kant op. Beleg de **wraps** met de **rodekoolslaw**, **kipstuckjessalade**, **tomaat** en de **komkommerpickle**. Vouw de **wraps** dicht en serveer met de **rest van de slaw** ernaast.