



Broccolistrudel met geraspte kaas

met roomkaas en tomaten-olijvenpesto



30-40min



2 personen

Vandaag maak je een hartige strudel - bedacht door onze chef Martina: knapperig bladerdeeg gevuld met broccoli, roomkaas, geraspte jongbelegen kaas en rode pesto, versierd met maanzaad. Je serveert er een heerlijk frisse tomatensalade bij. Dit wordt gegarandeerd met veel plezier verslonden!

Wat je van ons krijgt

- 1x broccoli
- 2 tomaten
- 1 teen knoflook
- 1 kuipje rode pesto met olijven
- 1 pakje roomkaas ⁷
- 100g geraspte jong belegen kaas ⁷
- 1 rol bladerdeeg ¹
- 2 zakjes maanzaad

Wat je thuis nodig hebt

- melk ⁷
- zout
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- oven met bakplaat
- kleine kookpan
- maatbeker
- bakkwast
- zeef of vergiet

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

Kooktip

Je kunt de strudel ook met een losgeklopt ei bestrijken in plaats van melk.

Allergenen

gluten (1), melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

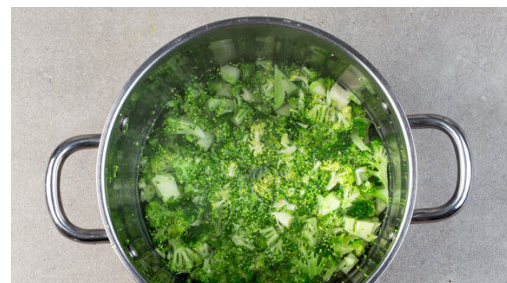
Voedingswaarde per portie

calorieën 1061kcal, vet 72.1g, koolhydraten 63.1g, eiwit 31.1g



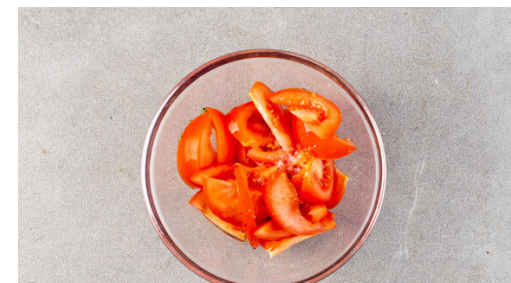
1. Broccoli snijden

Verwarm de oven voor op 220°C (200°C hetelucht). Breng in een kleine kookpan 500ml licht gezouten water aan de kook voor de **broccoli**. Snijd de **broccoli** in kleine roosjes. Schil evt. de stronk en snijd in dunne plakjes.



2. Broccoli koken

Voeg de **broccoli** toe aan het kokende water en kook in 6-7min beetgaar. Giet af en laat uitdampen.



3. Tomatensalade maken

Snijd de **tomaten** in partjes. Meng met 1el olijfolie en 1el azijn (bij voorkeur rodewijn- of balsamicoazijn). Breng op smaak met een snuf zout.



4. Vulling maken

Pel en hak de **knoflook** zeer fijn. Meng met de **pesto**, de **roomkaas** en een flinke snuf zout. Roer de **gerasppte kaas** erdoor en schep dan voorzichtig de **broccoli** erdoor.



5. Strudel vullen

Rol het **deeg** met aanklevend bakpapier uit over een bakplaat. Verdeel de **vulling** gelijkmatig over het **deeg** en laat een rand van 1-2cm vrij. Rol het **deeg** op met behulp van het bakpapier, en leg het met de **naad naar beneden** op de bakplaat. Druk de uiteinden goed dicht.



6. Strudel bakken

Bestrijk de **strudel** met 50ml melk en bestrooi met de **maanzaad** (zie kooktip, links). Maak een paar diagonale sneden in de bovenkant en bak de **strudel** in 20-25min goudbruin en krokant in de oven. Snijd de **strudel** voorzichtig open en serveer met de **tomatensalade**.