MARLEY SPOON

Tonijncrostini's met avocado

en radijsjes en broccoli

ca. 35min 2 personen

Een godenmaal met bijna geen afwas? Niet alle dromen zijn bedrog! Vandaag maak je knapperig geroosterde crostini's en besmeert ze met een verrukkelijke crème van tonijn en mayonaise. Erbij maak je een kleurrijk groentemozaïek met boterzachte avocado, radijsjes met een stevige bite en geroosterde broccoli. Je maakt het af met een lichtpittge dressing met bosui. Hemels!

Wat je van ons krijgt

- 1 bosje radijsjes
- 1 grote broccoli
- 1 teen knoflook
- 1 baguette [1]
- 1 bosui
- 1 blikje tonijn in pekel [4]
- 1 avocado

Wat je thuis nodig hebt

- 2el mayonaise [3]
- 1tl mosterd [10]
- peper en zout
- suiker
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- ovenrek
- staafmixer met beker
- zeef of vergiet

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

Allergenen
gluten (1), eieren (3), vis (4), mosterd (10). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie
calorieën 725kcal, vet 45.7g, koolhydraten 49.4g, eiwit 27.9g

1. Radijsjes inleggen

Verwarm de oven voor op 240°C (220°C hetelucht) – haal eerst de bakplaat eruit. Halveer de **radijsjes**. Meng 1el azijn met een snuf zout en suiker, roer goed door en meng met de **radijsjes**.

2. Broccoli roosteren

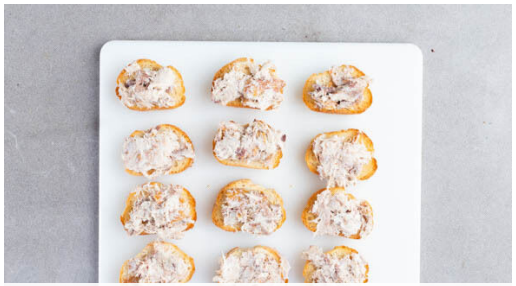
Snijd de **broccoli met steeltjes** in hapklare roosjes. Pel de **knoflook** en hak grof. Hussel de **broccoli** hussel om met de **knoflook**, 2el olijfolie en een flinke snuf zout, en verdeel over een bakplaat met bakpapier. Rooster 8-10min in het onderste deel van de oven tot de **broccoli** beetgaar is.

3. Crostini's bakken

Snijd de **baguette** in plakken van 1-2cm dik en rooster 8-10min op het ovenrek boven de **broccoli** tot ze knapperig zijn.

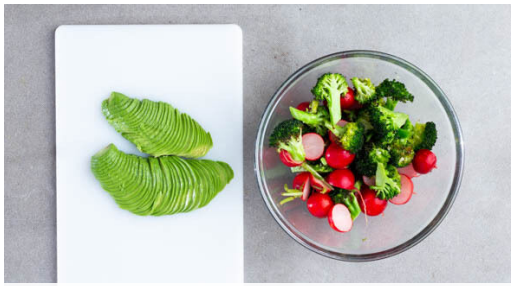
4. Dressing pureren

Snijd de **bosui** grof en doe samen met 1tl mosterd in een hoge (maat)beker. Voeg 1el olijfolie, 1el azijn, 3el water en een snuf peper, zout en suiker toe en pureer met een staafmixer tot een glad geheel.



5. Tonijncrème maken

Giet de **tonijn** af in een zeef of vergiet en breek in kleinere stukken. Meng de **tonijn** met 2el mayonaise en een snuf peper en zout. Bestrijk de **crostini's** met de **tonijncrème**.



6. Avocado snijden

Halveer de **avocado** en verwijder de pit. Schep het **vruchtvlees** met een eetlepel uit de schil en snijd in dunne plakjes. Meng de **geroosterde broccoli** met de **ingelegde radijsjes** en verdeel met de **plakjes avocado** over de borden. Bedruppel met de **dressing** en serveer de **crostini's met tonijn** erbovenop.