



Supersnel V: Cajun garnalentortilla's

met ananas-salsa en limoen



binnen 20min



2 personen

Het hoeft echt helemaal niet zoveel tijd te kosten om iets speciaals op tafel te zetten. Neem bijvoorbeeld onze minitortilla's: met sappige garnalen metn hartige cajunkruiden, een ananas-tomatensalsa en salade met een frisse limoendressing. Voeg nog een beetje koriander toe en er ligt een ware tortilladroom op je bord!

Wat je van ons krijgt

- 1 blikje ananastukjes
- 2 tomaten
- 1 onbehandelde limoen
- 1 teen knoflook
- 1 zakje cajunkruiden
- 2 kroppen babyromanasla
- 1x garnalen (ontdood)²
- 8 minitortilla's met maïs¹
- 10g verse koriander

Wat je thuis nodig hebt

- 2el mayonaise³
- peper en zout
- plantaardige olie

Kookgerei

- magnetron
- middelgrote koekenpan
- keukenrasp
- citruspers
- zeef

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

Kooktip

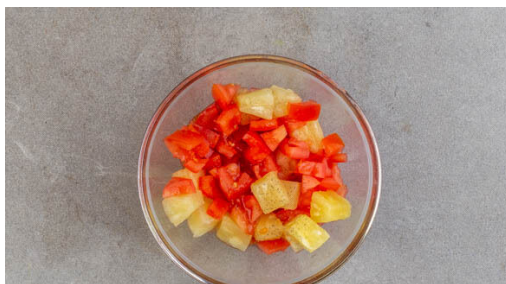
Heb je geen magnetron? Verhit dan een middelgrote, droge koekenpan op middelhoog vuur en verwarm de tortilla's per stuk 15-20sec per kant.

Allergenen

gluten (1), schaaldieren (2), eieren (3). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

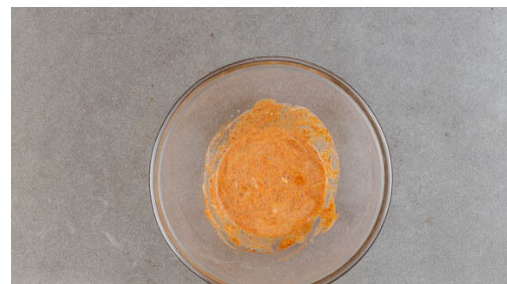
Voedingswaarde per portie

calorieën 663kcal, vet 22.4g, koolhydraten 87.0g, eiwit 28.8g



1. Salsa maken

Giet de **ananas** af. Snijd de **tomaten** in blokjes. Rasp de **limoenschil** fijn en pers de **limoen** uit. Meng de **ananas** en de **tomaat** met de **helft van het limoensap**. Breng op smaak met peper en zout en laat intrekken tot het serveren.



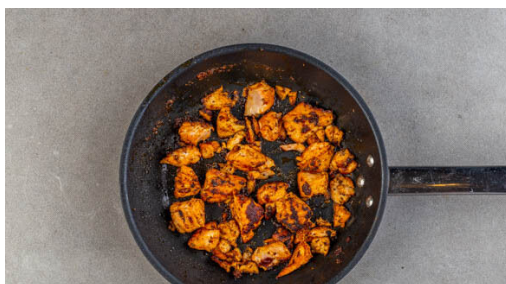
2. Dressing maken

Pel de **knoflook** en rasp fijn. Meng de **knoflook** met 2el mayonaise, de **limoenrasp**, de **rest van het limoensap** en ca. de **helft van de kruidenmix**.



3. Salade afmaken

Snijd de **sla** in dunne reepjes en meng met de **dressing**. Breng op smaak met peper en zout.



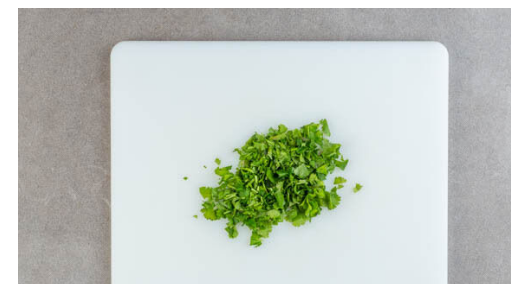
4. Garnalen bakken

Spoel de **garnalen** in een zeef met koud water, laat uitlekken en dep ze droog. Verhit een middelgrote koekenpan op hoog vuur met ½el plantaardige olie. Voeg de **garnalen** toe aan de hete olie en bestrooi met de **rest van de kruidenmix** en een snuf zout. Bak de **garnalen** in 2-3min rondom gaar.



5. Tortilla's opwarmen

Stapel steeds **4 tortilla's** op elkaar en verwarm 25-30sec in de magnetron op 800W.



6. Koriander snijden

Snijd de **koriander** grof. Beleg de **tortilla's** naar wens met de **salade**, de **garnalen** en de **ananas-salsa**. Bestrooi met de **koriander** en serveer de **tortilla's** met de **rest van de salade**.