



Midden-Oosterse gehaktpakketjes

met yoghurt dip en een snelle salade



30-40min



2 personen

Wij houden van gehakt, want je kunt het vrijwel elke smaak geven die je wilt. Vandaag gaan we voor Midden-Oosters, met ras el hanout en abrikozen. Daarna maken we er deegpakketjes van die we afbakken in de oven. Erbij een snelle salade van tomaat en komkommer, en een Midden-Oosterse maaltijd is natuurlijk niet compleet zonder een frisse yoghurt dip.

Wat je van ons krijgt

- 1 ui
- 10g verse peterselie
- 250g rundergehakt
- 50g gedroogde abrikozen ¹²
- 1 zakje ras el hanout
- 1 rol bladerdeeg ¹
- 2 tomaten
- 1 minikomkommer
- 1 bosui
- 1 kuipje yoghurt ⁷

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- oven met bakplaat
- grote koekenpan

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

Allergenen

gluten (1), melk (7), zwaveldioxide en sulfieten (12). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 1096kcal, vet 71.5g, koolhydraten 72.8g, eiwit 36.9g



1. Vulling voorbereiden

Verwarm de oven voor op 220°C (200°C hetelucht). Pel en hak de **ui** fijn. Hak de **peterselie incl. steeltjes** fijn.



2. Vulling maken

Verhit een grote koekenpan op middelhoog-hoog vuur met 1el olijfolie. Voeg het **gehakt**, de **ui** en de **abrikozen** toe en bak 4-5min, tot het **gehakt** bruin en rul is. Schep de **peterselie** erdoor en breng het geheel op smaak met **ras el hanout**, zout en peper.



3. Pakketjes maken

Rol het **deeg** met aanklevend bakpapier uit over een bakplaat en snijd het in 4 rechthoeken. Verdeel het **gehaktmengsel** over de **helft van elk stuk deeg**. Klap de **andere helft** eroverheen en druk de uiteinden goed dicht. Bak de **deegpakketjes** in 10-12min gaar en goudbruin in de oven.



4. Salade maken

Snijd de **tomaten** in achten. Snijd de **komkommer** in de lengte doormidden, verwijder evt. het **vruchtvlees** en snijd de **komkommer** in plakjes. Snijd de **bosui** in schuine ringen.



5. Dressing kloppen

Klop een **dressing** van 1el olijfolie, 1el azijn en een snuf zout en peper. Meng de **komkommer**, **bosui** en **tomaat** met de **dressing**.



6. Yoghurt kruiden

Breng de **yoghurt** op smaak met een snuf zout en peper. Serveer de **gehaktpakketjes** met de **salade** en de **yoghurt**.