

DINNERLY



Chorizo met bonen en tomaat op toast met gebakken venkel en geraspte kaas



20-30min



2 personen

Vergeet boterhammen met kaas, wij serveren vandaag krokante toast met decadente toppings! We combineren gebakken chorizo, bonen en tomaat met gekaramelliseerde venkel voor extra aroma en natuurlijk geraspte kaas. Heerlijk!

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 1 venkel
- 1 blik borlottibonen
- 1 tomaat
- 1x chorizo ⁷
- 1 zakje gedroogde oregano
- 1 blokje harde kaas ^{3,7}
- 4 sneetjes witbrood ¹

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 1 teen knoflook
- 1el boter ⁷
- 1el tomatenketchup
- peper en zout
- suiker
- plantaardige olie
- azijn

KOOKGEREI

- middelgrote kookpan
- middelgrote koekenpan
- broodrooster
- keukenrasp
- maatbeker
- 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), melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 616kcal, vet 30.4g, koolhydraten 54.4g, eiwit 25.9g



1. Venkel snijden

Snij de **venkel** in de lengte doormidden, verwijder de harde onderkant en snij de **venkel** in dunne repen. Leg evt. **venkelgroen** opzij voor later. Pel 1 teen knoflook en snij in dunne plakjes.



2. Venkel bakken

Verhit een middelgrote koekenpan met 1el boter op laag tot middelhoog vuur. Bak de **venkel** en knoflook met een snuf zout en suiker in 8-10min zacht en laat ze een beetje karamelliseren. Roer regelmatig.



3. Tomaat en worst bakken

Spoel de **bonen** in een zeef of vergiet met koud water en laat uitlekken. Verwijder de harde kern van de **tomaat** en snij het **vrucht vlees** in kleine blokjes. Snij de **chorizo** ook in kleine blokjes. Verhit een middelgrote kookpan met 1tl plantaardige olie op middelhoog vuur. Bak de **tomaat** en **chorizo** ca. 2min, tot de **tomaat** zacht is.



4. Saus koken

Voeg de **bonen**, 1tl **oregano**, 1el ketchup, 100ml water en een snuf peper en zout toe en laat 5-6min zachtjes inkoken. Breng de **saus** op smaak met 1el azijn en peper en zout.



5. Afmaken en serveren

Rasp de **kaas** fijn. Rooster het **brood** in een broodrooster. **Tip:** als je geen broodrooster hebt kun je het **brood** in een oven of pan roosteren. Schep de **bonen** en **chorizo** in **saus** op het **brood** en verdeel de **venkel** erover. Bestrooi met de **geraspte kaas** en evt. **venkelgroen**.



6. Luxe toast

Om je toast nóg luxer te maken kun je er een ei aan toevoegen. Gekookt, gebakken en gepocheerd past allemaal goed.