

DINNERLY



Goedgevulde zoete aardappel met spek met gebakken maïs en tomaat



30-40min



2 personen

's Avonds maken we het onszelf graag gemakkelijk, want niemand wil na een lange dag ook nog uren in de keuken staan. Gevulde zoete aardappelen zijn ideaal omdat ze alleen maar in de oven moeten garen terwijl wij de toppings maken. Vandaag is dat knapperig spek, gebakken maïs en ingelegde tomaten. Oh en ook nog gesmolten kaas natuurlijk.

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 2 zoete aardappels
- 1x gerookt spek
- 1 blik maïs
- 1 rode ui
- 1 zakje gerookt paprikapoeder
- 1 tomaat
- 50g geraspte jong belegen kaas⁷

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- teen knoflook
- 4tl boter⁷
- 2el mayonaise³
- peper en zout
- 15ml plantaardige olie
- 15ml azijn

KOOKGEREI

- oven
- bakplaat met bakpapier
- grote koekenpan
- zeef

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

ALLERGENEN

eieren (3), melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 783kcal, vet 49.5g, koolhydraten 56.9g, eiwit 22.1g



1. Zoete aardappel roosteren

Verwarm de oven voor op 240°C (220°C hetelucht). Snijd de **zoete aardappels incl. schil** in de lengte doormidden en prik ze rondom in met een vork. Leg ze met de **snijvlakken** naar boven op een bakplaat met bakpapier en wrijf in met 1el plantaardige olie en een snuf zout en peper. Rooster in 20-23min gaar in de oven.



2. Spek uitbakken

Verhit een grote koekenpan zonder vet op medium tot hoog vuur. Bak het **spek** in 3-5min per kant knapperig. Neem uit de pan en laat uitlekken op wat keukenpapier. Breek daarna in stukjes. Bewaar de koekenpan met **spekvet**.



3. Maïs bakken

Giet de **maïs** af in een zeef. Pel en hak de **ui** fijn. Pel en hak 1 teen knoflook fijn. Zet de pan met **spekvet** terug op middelhoog vuur en voeg de **maïs**, **ui** en knoflook toe, met een snuf zout en ½tl **paprikapoeder** (zie ook stap 6). Bak 5-6min en proef of je nog peper en zout wil toevoegen.



4. Tomaat afmaken

Snijd de **tomaat** in kleine blokjes en meng met 1el azijn en een snuf zout en peper. Zet opzij. Meng 2el mayonaise met 1tl water en een snuf zout en peper.



5. Zoete aardappels vullen

Maak de binnenkant van de **zoete aardappels** los met een vork en meng met 1tl boter per **aardappelhelft**. Bestrooi de **zoete aardappels** met de **kaas** en doe nog 2-3min terug in de oven tot de **kaas** gesmolten is. Vul de **aardappels** met het **maïsmengsel** en de **tomaat**, bestrooi met het **spek** en besprenkel met de mayonaise.



6. Roken NIET verboden

Als je van de smaak van gerookt paprikapoeder houdt, kun je het gerust iets scheutiger gebruiken dan in de instructies staat. De smaak is wel behoorlijk overheersend, dus voeg telkens maar een klein beetje extra toe en proef tussendoor.