



Frietje gekruid gehakt met speculaas met rucola-tomatensalade



ca. 45min



2 personen

Speculaas kan meer dan je denkt! Wist je bijvoorbeeld dat de mix aan smaken die we met Sinterklaas associëren ook heel goed bij hartige maaltijden past? Vandaag breng je een mooi stoofpannetje met rundergehakt op smaak met heuse kruidnoten, barbecuesaus en knoflookkruiden. Je schept deze heerlijke mix op brede ovenfriet en voor de frisheid serveer je er een snelle salade van rucola en tomaat bij. Zo feestelijk!

Wat je van ons krijgt

- 2 uien
- 1 wortel
- 1 zakje vastkokende aardappels
- 200g rundergehakt
- 2 zakjes BBQ-saus ^{9,10}
- 1 zakje knoflook-kruidenmix
- 1 tomaat
- 50g rucola
- 1 pakje kruidnoten ¹
- 1x gebakken uitjes ¹

Wat je thuis nodig hebt

- 2el boter ⁷
- 2el mayonaise ³
- ½tl mosterd ¹⁰
- peper en zout
- suiker
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- middelgrote koekenpan
- keukenweegschaal
- maatbeker

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), selderij (9), mosterd (10). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 991kcal, vet 61.1g, koolhydraten 77.3g, eiwit 28.9g



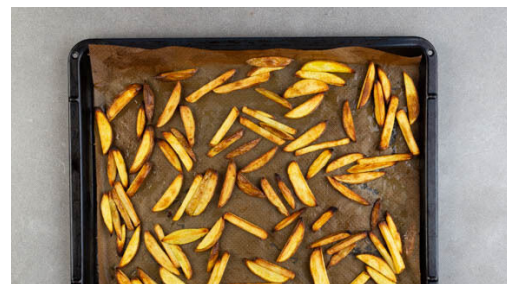
1. Ui & wortel bakken

Verwarm de oven voor op 240°C (220° hetelucht). Halveer, pel en snijd de **uien** in dunne reepjes. Schil of schrob de **wortel**, halveer in de lengte en snijd in dunne plakjes. Verhit een middelgrote koekenpan op laag tot middelhoog vuur met 2el boter. Voeg de **ui** en **wortel** toe met een flinke snuf zout en bak ca. 15min, tot de **ui** goudbruin is.



4. Salade maken

Klop een **dressing** van 1el olijfolie, ½el witte azijn, ½tl mosterd en een snuf suiker. Breng op smaak met zout en peper. Snijd de **tomaat** in partjes en hussel om met de **rucola** en de **dressing**.



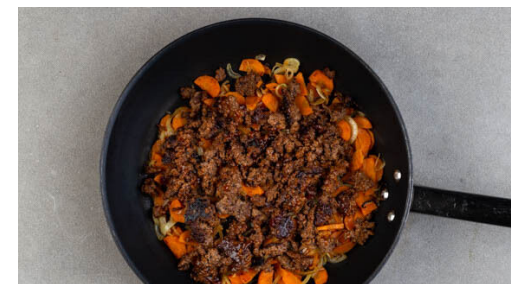
2. Friet maken

Snijdt ondertussen de **aardappels incl. schil** in vingerdikke **friet**. Hussel om met 1el olijfolie en een flinke snuf zout en verdeel de **friet** over een bakplaat met bakpapier. Bak ze in 20-25min goudbruin en knapperig in de oven.



5. Gehaktpannetje afmaken

Verkruimel **20g kruidnoten**. **Tip:** prik een gat in het zakje zodat de lucht eruit kan, en sla met een zware pan of deegroller op het zakje om de **kruidnoten** te verkruimelen. Meng de **kruimels** door het **gehaktpannetje**. Laat nog 2-4min koken om het geheel wat in te laten dikken. Proef en breng naar wens op smaak met zout en peper.



3. Gekruid gehakt maken

Verhit de **groentepan** op hoog vuur. Voeg zodra de pan heet is het **gehakt** toe met ½tl zout en bak het **gehakt** in ca. 4min bruin en rul. Voeg de **BBQ-saus**, de **knoflook-kruidenmix**, 2el witte azijn en 300ml water toe en breng aan de kook. Zet het vuur laag en laat alles 8-10min zachtjes koken.



6. Afmaken en serveren

Verdeel de **friet** over borden en schep het **gekruide gehakt** erop. Bestrooi met de **gebakken uitjes** en serveer met 1el mayonaise per bord. Geef de salade erbij.