



Supersnel: sandwich met runderreepjes

met paprika en komkommersalade



ca. 20min



2 personen

Wij zijn dol op brood als avondeten! Deze krokante baguettes vullen we namelijk rijkelijk met mals gebakken runderreepjes, paprika, wortel en een romige kruidige saus. Maak er nog een frisse komkommersalade bij en je maaltijd is compleet.

Wat je van ons krijgt

- 1 komkommer
- 1 rode ui
- 1 teen knoflook
- 1 gele paprika
- 1 wortel
- 2 baguettes ¹
- 1x runderreepjes
- 1 zakje goulashkruiden

Wat je thuis nodig hebt

- 3el mayonaise ³
- 1tl mosterd ¹⁰
- peper en zout
- suiker
- plantaardige olie
- azijn

Kookgerei

- oven
- grote koekenpan
- keukenrasp

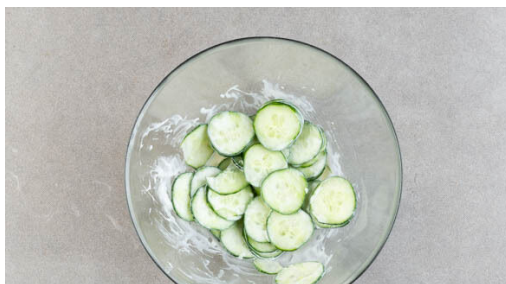
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

gluten (1), eieren (3), mosterd (10). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 805kcal, vet 36.2g, koolhydraten 81.4g, eiwit 36.4g



1. Komkommersalade maken

Verwarm de oven voor op 220°C (200°C hetelucht). Snijd de **komkommer** in dunne plakken. Klop een **dressing** van 1el mayonaise, 2tl azijn en een snuf zout en suiker. Meng de **dressing** met de **komkommer** en breng op smaak met peper en zout.



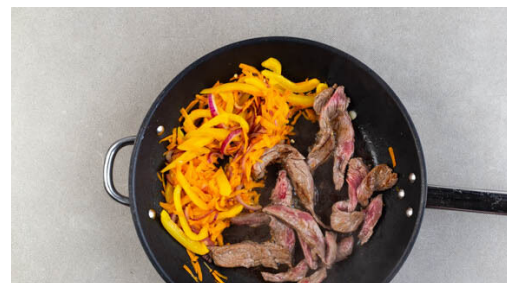
4. Broodjes bakken

Bak de **broodjes** 6-8min in de oven.



2. Groenten snijden

Pel en halveer de **ui** en snijd in dunne repen. Pel de **knoflook** en snijd fijn. Verwijder de zaadlijsten uit de **paprika** en snijd het **vruchtvlees** in dunne lange repen. Schrob of schil de **wortel** en rasp 'm grof.



5. Vlees bakken

Dep het **vlees** droog met keukenpapier en voeg het toe aan de pan met **groenten**. Zet het vuur hoog en bak 3-5min, afhankelijk van of je het medium of doorbakken wilt. Voeg 2el water toe en proef of je nog peper en zout wil toevoegen.



3. Groenten bakken

Verhit een grote koekenpan met 1el plantaardige olie op middelhoog vuur en fruit de **ui** 2-3min, tot hij zacht is. Voeg de **knoflook**, **paprika** en **wortel** toe en bak 4-5min mee, tot de **groenten** ook zacht zijn. Breng op smaak met peper en zout.



6. Dip maken

Maak een **dip** van de **goulashkruiden**, 2el mayonaise, 1tl mosterd, 1-2el water en een snuf zout. Snijd de **broodjes** open en bestrijk met de **dip**. Beleg dan met de **groenten** en het **vlees** en serveer met de **komkommersalade**.