



V3: Mexicaanse hamburger met guacamole

en zoete aardappelfriet



20-30min



2 personen

Een goede burger valt of staat bij het broodje. Dat moet stevig zijn, maar niet zo stevig dat je burger er na de eerste hap tussenuit floept. Knapperig, maar zonder je gehemelte open te raspen en tot slot moet je burger niet te hoog worden; je wil immers kunnen eten zonder je kaken te ontwrichten. Briochebrood is bij ons favoriet: het smelt tijdens het eten een beetje weg, wat misschien vreemd klinkt, maar wel heel fijn eet.

Wat je van ons krijgt

- 1 rode ui
- 1 chilipeper
- 2 tomaten
- 50ml zoete chilisaus
- 10g verse koriander
- 2 zoete aardappels
- 250g biologisch rundergehakt
- 2 briochebroodjes ^{1,3,7}
- 1 bakje guacamole

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- grote koekenpan
- staafmixer met beker

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

Kooktip

Voeg de chilipeper enkel aan je eigen salsa toe, als er kinderen mee eten.

Allergenen

gluten (1), eieren (3), melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 1042kcal, vet 60.5g, koolhydraten 91.2g, eiwit 35.5g



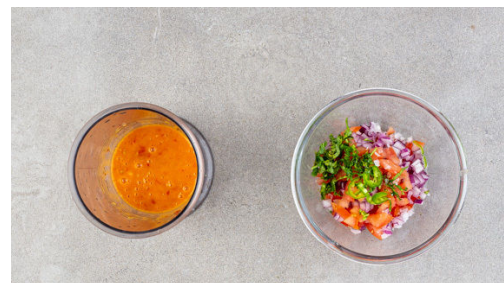
1. Ui snijden

Verwarm de oven voor op 240°C (220°C hetelucht). Pel en snijd de **ui** fijn. Snijd de **chilipeper** in de lengte doormidden, verwijder de zaadlijsten en snijd in flinterdunne reepjes.



4. Burgers maken

Meng het **gehakt** met de **rest van de ui** en een flinke snuf peper en zout. Kneed goed en vorm er **2 burgers** van met een dikte van ca. 1cm.



2. Salsa maken

Snijd de **tomaten** in vieren, schep het **vruchtvlees** eruit en doe het in een hoge (maat)beker. Voeg de **helft van de chilisaus** en 1el olijfolie toe en pureer glad. Hak de **koriander incl. steeltjes** fijn. Snijd de **tomaten** in kleine blokjes en meng ze met de **helft van de ui**, **2/3 van de koriander** en de **tomatenpuree**. Breng op smaak met zout en **chilipeper naar wens**.



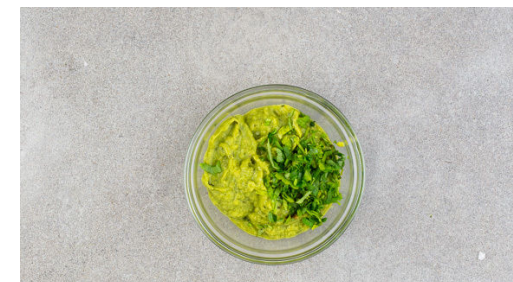
5. Burgers bakken

Verhit een grote koekenpan met 1el olijfolie op middelhoog vuur en bak de **burgers** 2-3min per kant. Snijd de **broodjes** open en rooster ze 2-3min mee in de oven.



3. Friet bakken

Schil de **zoete aardappel** en snijd in staafjes. Verdeel de **friet** over een bakplaat met bakpapier en hussel om met 1el olijfolie en een snuf peper en zout. Bak de **zoete aardappelfriet** in ca. 15min goudbruin en gaar in de oven.



6. Guacamole afmaken

Meng de **guacamole** met de **rest van de koriander** en bestrijk de **broodhelften** ermee. Beleg de **broodjes** met de **burgers** en wat **salsa** en serveer ze met de **zoete aardappelfriet** en de **rest van de salsa**.