



<650kcal: Briocheburger met runderstoofvlees

en een frisse salade met appel en roodlof

Vandaag durven we experimenteel te zijn. We combineren frisse appelstukjes en roodlof met een citroenige kruidendressing, geroosterde pecannoten en fijn geraspte kaas. Maar deze onovertroffen salade vormt de omlijsting voor ons culinaire klapstuk: een zachte briocheburger met runderstoofvlees en verse mierikswortel. Heerlijk!



30-40min



2 personen

Wat je van ons krijgt

- 10g verse bieslook
- 10g verse peterselie
- 1 onbehandelde citroen
- 1 appel
- 2x roodlof
- 2 blokjes harde kaas ^{1,3}
- 1 stukje verse mierikswortel
- 25g pecannoten ⁵
- 2 briochebroodjes ^{1,2,3}
- 1x runderstooftvlees
- 1x uienmarmelade ⁴

Wat je thuis nodig hebt

- 1tl honing
- peper en zout
- olijfolie

Kookgerei

- grote koekenpan
- staafmixer met beker
- dunschiller
- keukenrasp

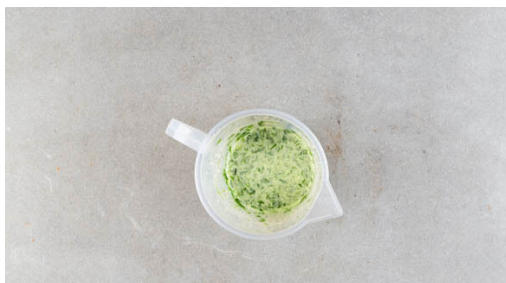
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

eieren (1), gluten (2), melk (3), sulfieten (4), noten (5). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 636kcal, vet 30.4g, koolhydraten 66.5g, eiwit 29.0g



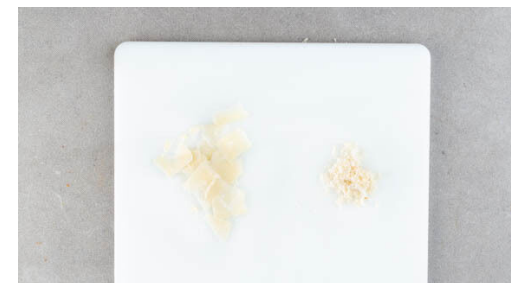
1. Dressing maken

Hak de **bieslook** en **peterselie mét steeltjes** grof. Pers de **citroen** uit. Doe de **helft van de gehakte kruiden** met **1-2el citroensap**, 1el olijfolie, 1tl honing, 2el water en een flinke snuf zout in een hoge (maat)beker en pureer glad.



2. Ingrediënten snijden

Snijd de **appel** in vieren, verwijder het klokhuis en snijd in dunne schijfjes. Meng de **appelschijfjes** met **1el citroensap** zodat ze niet bruin worden. Verwijder evt. de uiteinden van de **roodlof**. Snijd de **roodlof** in de lengte doormidden en snijd (eveneens in de lengte) in dunne reepjes.



3. Mierikswortel raspen

Schaaf de **kaas** met een dunschiller in dunne plakjes. Schil de **mierikswortel** en rasp ca. **1el mierikswortel** fijn.



4. Ingrediënten roosteren

Verhit een grote, droge koekenpan op middelhoog vuur en rooster de **pecannoten** 2-3min tot ze beginnen te geuren en goudbruin zijn. Schep uit de pan om af te koelen. Snijd de **briochebroodjes** open en rooster 1-2min in de pan op de snijkant tot ze licht knapperig zijn. Haal uit de pan.



5. Runderstooftvlees opwarmen

Verdeel het **runderstooftvlees** gelijkmatig over de gebruikte pan en verhit 2-4min op middelhoog vuur op tot het **vlees** goed warm is.



6. Burgers beleggen

Bestrijk de **onderste helften** van de **broodjes** met de **uienmarmelade** en verdeel het **runderstooftvlees** erbovenop. Voeg naar smaak **geraspte mierikswortel** toe en bedek met de **bovenste broodhelften**. Meng de **appelschijfjes** en **roodlof** met de **dressing** en garneer met de **rest van de kruiden**, de **kaas** en de **pecannoten**. Serveer bij de **burgers**.