

# DINNERLY



## Amerikaanse "Sloppy Joe's" van rundergehakt

met geroosterde romanasla



ca. 40min



4 porties

Houd een diner(tje) met onze XXL-recepten! Of je nu een gezellige avond met vrienden organiseert of graag wat overhoudt voor de lunch morgen – dankzij de dubbele porties plan je je maaltijden zoals ze voor jou het beste uitkomen. Eén keer koken, twee keer genieten: eenvoudig, praktisch, heerlijk. (Met dit recept maak je 4 of 8 porties, afhankelijk van welke box je hebt).



## WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 1 wortel
- 4 kroppen babyromanasla
- 1 tomaat
- 500g rundergehakt
- 1 zakje gerookt paprikapoeder
- 4 burgerbroodjes <sup>3</sup>
- 1 zakje knoflook-kruidenmix
- 40ml BBQ-saus <sup>1,4</sup>

## WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 2 tenen knoflook
- 4el mayonaise <sup>2</sup>
- peper en zout
- suiker
- plantaardige olie
- azijn

## KOOKGEREI

- oven met bakplaat
- grote koekenpan
- keukenrasp
- maatbeker
- bakkwast

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

## KOOKTIP

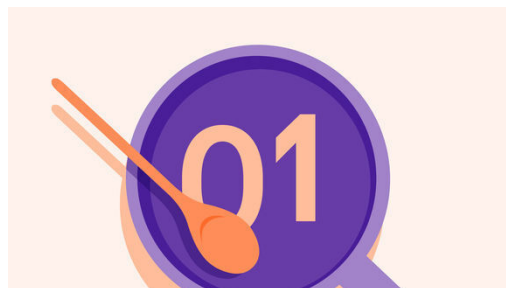
Met dit recept maak je 4 porties.

## ALLERGENEN

Selderij (1), Eieren (2), Glutten (3), Mosterd (4). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

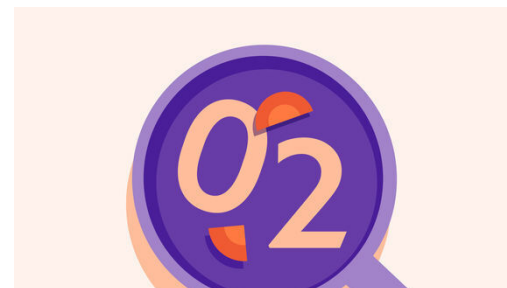
## VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 679kcal, vet 42.7g, koolhydraten 43.1g, eiwit 32.1g



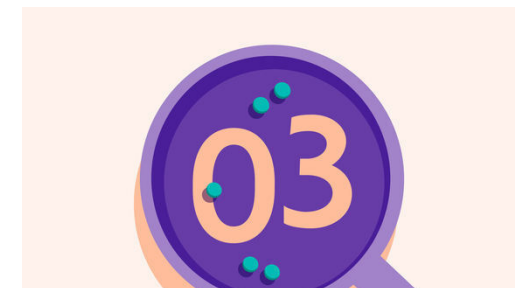
### 1. Groente snijden

Verwarm de oven voor op 180°C (160°C hetelucht) – haal eerst de bakplaat eruit. Schil of schrob de **wortel** en rasp grof. Pel 2 tenen knoflook en hak fijn. Snij de **kroppen sla** in de lengte doormidden. Verwijder de harde kern van de **tomaat** en snij in grove blokjes.



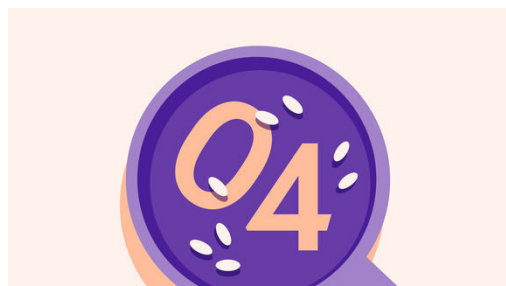
### 2. Gehakt rullen

Verhit een grote koekenpan op hoog vuur met 1tl plantaardige olie. Bak het **gehakt** in 3-4min rul en breek het met een spatel in kleinere stukjes. Voeg de **wortel** en de knoflook toe en roerbak ca. 3min, tot de **wortel** zacht is.



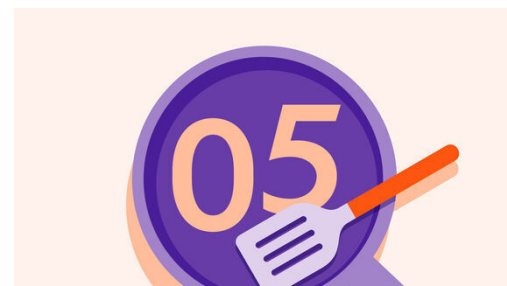
### 3. Saus maken

Roer het **paprikapoeder**, ½tl zout en 100ml water door de pan en breng aan de kook. Zet dan het vuur lager en laat de **saus** 8-10min borrelen en indikken, en roer daarbij regelmatig. Haal de pan van het vuur en kruid met een snuf peper en zout.



### 4. Broodjes & sla roosteren

Snij de **broodjes** open. Leg ze met de snijkant naar beneden in de oven en bak 3-5min. Haal ze eruit en zet de grillfunctie aan (zie ook **stap 6**). Bestrijk de **slahelften** rondom met 1el plantaardige olie. Leg ze op een bakplaat zónder bakpapier en rooster 2-3min in de oven. Draai ze om en rooster nog eens 2-3min, tot de **sla** licht gebruind is.



### 5. Afmaken en serveren

Meng de **kruidenmix** met 4el mayonaise, 1tl witte azijn en een flinke snuf suiker. Roer dan theelepel voor theelepel wat water erdoor, tot je een **vloeibare dressing** hebt. Bestrijk de **broodjes** met **BBQ-saus** en vul ze met het **gehaktmengsel**. Garneer de **geroosterde sla** met de **dressing** en de **tomatenblokjes** en serveer bij de **burgers**.



### 6. Goed om te weten

Heeft je oven geen grillstand? Draai dan de oven na het bakken de broodjes naar 220°C (200°C hetelucht) om de sla te roosteren.

Let op dat je geen bakpapier gebruikt als de grillstand aanstaat: het kan namelijk vlam vatten als het tegen de grill aankomt.