



Snelle burgers met Indiase kruiden

en courgette-kokossticks plus dip



ca. 25min



2 personen

Bij een experiment in de keuken kwamen onze chefs op het lumineuze idee een stevig gekruide burger van rundergehakt te combineren met tamarinde-wortelslaw. Voor de tamarindepasta worden peulen van de gelijknamige boom fijngemalen. Die peulen hebben een typische zoetzure smaak en zijn in de Indiase keuken razend populair. Wij konden het niet laten de klassieke slaw daarmee een make over te geven.

Wat je van ons krijgt

- 1 courgette
- 1 zakje kokosrasp
- 1 vers chilipepertje
- 1 zakje tamarindepasta
- 1x wortelreepjes
- 1x rund- en varkensgehakt
- 1 zakje tandoori masala
- 2 burgerbroodjes ^{1,3,7,11}
- 10g verse koriander
- 1 kuipje yoghurt ⁷
- 1 zakje mayonaise ^{3,10}
- 1 bosui

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- plantaardige olie
- suiker

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- 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), melk (7), mosterd (10), sesamzaad (11). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 890kcal, vet 56.9g, koolhydraten 57.9g, eiwit 36.9g



1. Courgette bakken

Verwarm de oven voor op 220°C. Snijd de **courgette** in vingerdikke staafjes. Verdeel ze over een bakplaat met bakpapier. Hussel de **staafjes** eerst om met 1el olie en dan met de **kokosrasp** en een snuf zout en peper. Rooster 15-20min totdat de **courgette** gaar is en de **kokos** goudbruin.



4. Burgers bakken

Verhit een grote koekenpan op hoog vuur (de pan is heet genoeg als een druppeltje water er gelijk in verdampt). Voeg 1-2tl olie toe en bak de **burgers** in 2-3min per zijde gaar en goudbruin.



2. Slaw maken

Snijd het **chilipepertje** in ringetjes (gebruik de helft voor een minder pittige smaak, of verwijder de zaadlijsten). Meng de **helft van de tamarinde** met een snuf zout, 1tl water, 1tl suiker en **chilipeper** in een kom. Roer de **wortelreepjes** door de **dressing** en zet de **slaw** opzij tot het serveren.



5. Yoghurdip maken

Hak de **korianderblaadjes** grof. Hak de **steeltjes** fijn en meng die met de **yoghurt**, **mayonaise** en een snuf zout. Snijd de **bosui** in ringen.



3. Burgers kneden

Meng het **gehakt** met de **tandoorikruiden** en een snuf zout. Vorm er **2 burgers** van. Zorg ervoor dat ze net iets groter dan de broodjes zijn. Bak de **broodjes** in 3-4min in de oven af.



6. Burgers bouwen

Snijd de **broodjes** doormidden en bestrijk de snijvlakken met **1-2tl yoghurt dip**. Beleg de **broodjes** met de **burger**, **wortelslaw**, **bosui** en **korianderblaadjes**. Serveer de **burgers** met de **courgette** en de **rest van de slaw** en de **dip**.