



Vegan worstenbroodjes

met coleslaw en uienmarmelade



ca. 45min



2 personen

De meeste mensen denken dat veganistisch eten betekent dat je ineens onwijs veel niet meer mag. Maar als je een beetje creatief bent, is er van alles een veganistische variant te maken. Zo kwam onze chef Hannah met het idee om een vegan worstenbroodje te maken, met coleslaw, selderij, appel en verse peterselie. Net zo smakelijker als het origineel en ook nog eens lief voor de dieren.

Wat je van ons krijgt

- 1 blik groene linzen
- 15g verse kruidenmix: platte peterselie & salie
- 1 ui
- 1 teen knoflook
- 1 blikje tomatenpuree
- 1 zakje gerookt paprikapoeder
- 1 rol bladerdeeg ¹
- 1 zakje vegan mayonaise ^{10,12}
- 2x uienmarmelade ¹²
- 1 knolselderij ⁹
- 1 appel

Wat je thuis nodig hebt

- 1 el tomatenketchup
- peper en zout
- plantaardige olie
- azijn

Kookgerei

- oven met bakplaat
- middelgrote koekenpan
- aardappelstamper
- dunschiller
- keukenrasp
- zeef

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

Allergenen

gluten (1), selderij (9), mosterd (10), zwaveldioxide en sulfieten (12). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

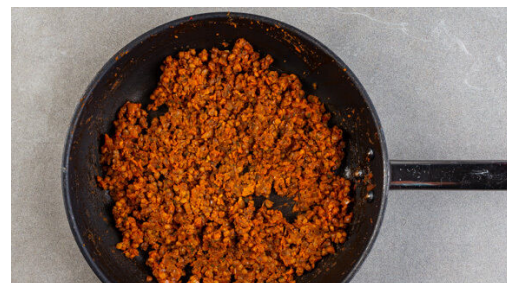
Voedingswaarde per portie

calorieën 927kcal, vet 46.0g, koolhydraten 100.5g, eiwit 18.6g



1. Ingrediënten voorbereiden

Verwarm de oven voor op 200°C (180°C hetelucht). Spoel de **linzen** af in een zeef en laat uitlekken. Snijd de **salieblaadjes** fijn. Pel en hak de **ui** en **knoflook** fijn.



2. Vulling maken

Verhit een middelgrote koekenpan op middelhoog vuur met 1el olie en fruit de **ui** ca. 3min. Voeg de **knoflook** toe en bak ca. 1min mee. Neem de pan van het vuur en voeg de **linzen**, **salie**, **1el tomatenpuree**, **1/2tl paprikapoeder** en een snuf peper toe en roer goed door. Prak de **linzen**, zodat een plakkerige massa ontstaat. Proef of je nog zout of **paprikapoeder** wil toevoegen.



3. Worstebroodjes maken

Rol het **deeg** met aanklevend bakpapier uit en snijd het in vier rechthoeken. Verdeel de **linzenvulling** in de vorm van een worst in de lengte over het **deeg**. Bestrijk de randen met wat water of plantaardige melk en vouw het **deeg** over de **vulling**. Druk goed aan.



4. Worstebroodjes bakken

Plaats de **worstebroodjes** met de vouwkant naar beneden op een bakplaat met bakpapier. Maak 5-6 snedes bovenop (zo kan het damp ontsnappen). Bak de **worstebroodjes** 20-25min in de oven tot het **deeg** goudbruin en knapperig is.



5. Dressing maken

Hak de **peterselie** incl. steeltjes fijn en meng met de **mayonaise** en 1el azijn. Breng de **dressing** op smaak met peper en zout.



6. Dip en salade afmaken

Meng de **uienmarmelade** met 1el ketchup en voeg evt. wat water toe. Schil de **knolselderij** en rasp hem grof. Rasp de **appel** tot op het klokhuis grof. Meng de **rasp** met de **dressing**. Serveer de **worstebroodjes** met de **salade** en **dip**.