



Vegan tandooriburger

met geroosterde wortels en cashews



ca. 30min



2 personen

Vandaag serveer je een kleine smaakexplosie op een wortelbroodje: geroosterde paprika gaat hand in hand met een fruitige abrikozenchutney, en de vegan burger breng je op smaak met tandoori-masalakruiden. Een echt juweeltje deze op India geïnspireerde burger (al zeggen we het zelf).

Wat je van ons krijgt

- 2 wortels
- 1 zakje komijnpoeder
- 1 rode paprika
- 10g verse koriander
- 1 zakje vegan mayonaise ^{10,12}
- 2 vegan hamburgers ⁶
- 1 zakje tandoori masala
- 2 wortelbroodjes ^{1,6,11}
- 25g cashewnoten ¹⁵
- 1 kuipje abrikozenchutney ¹⁰

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- middelgrote koekenpan

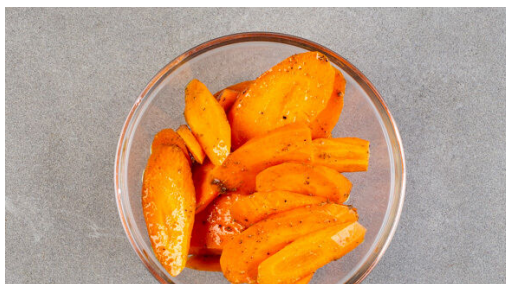
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

gluten (1), soja (6), mosterd (10), sesamzaad (11), zwaveldioxide en sulfieten (12), noten (15). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

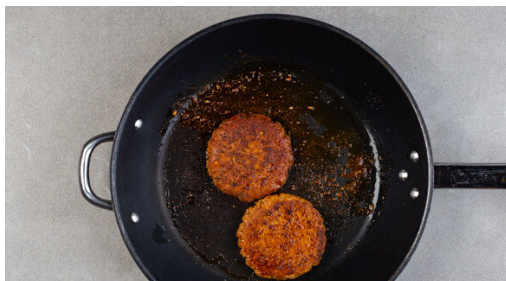
Voedingswaarde per portie

calorieën 884kcal, vet 62.3g, koolhydraten 54.0g, eiwit 21.8g



1. Wortels voorbereiden

Verwarm de oven voor op 220°C (200°C hetelucht). Schil of schrob de **wortels** en snijd ze schuin in dunne plakken. Meng de **wortel** met de **helft van de komijn**, 1el olijfolie en een snuf zout en peper.



4. Burgers bakken

Verhit een middelgrote koekenpan op middelhoog vuur met 1el olijfolie. Bak de **burgers** in 3-4min aan elke kant goudbruin en gaar. Bestrooi beide kanten naar smaak met de **tandoori masala** en bak de **burgers** nog ca. 30sec aan elke kant. Neem ze uit de pan en zet opzij.



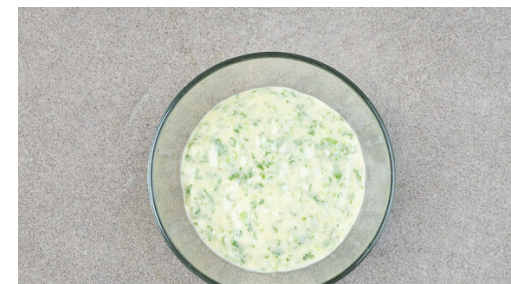
2. Groenten bakken

Halveer de **paprika**, verwijder de kern en wrijf in met 1el olijfolie en een snuf zout en peper. Verdeel de **wortel** en de **paprika** over een bakplaat met bakpapier en bak ca. 20min in de oven.



5. Brood en cashews bakken

Snijdt de **broodjes** open en leg ze samen met de **cashewnoten** in de laatste 2-4min baktijd op de bakplaat in de oven. Neem dan de bakplaat uit de oven, laat de **cashews** even afkoelen en hak ze grof.



3. Dip maken

Hak de **koriander incl. steeltjes** fijn en meng met de **helft van de mayonaise**, 1el olijfolie en 1tl azijn. Breng de **dip** op smaak met zout.



6. Afmaken en serveren

Bestrijk de bovenste **broodjeshelften** naar wens met de **abrikozenchutney**. Bestrijk de **onderste helften** met de **rest van de mayonaise** en beleg met de **burgers** en de **paprika**. Serveer de **tandooriburgers** met de **wortels** en bestrooi ze met de **cashews**. Geef de **dip** erbij.