



Januarispecial: comfortfood met een twist

vegetarische flatbread pizza's



30-40min



2 personen

In januari is alles nieuw: het jaar, goede voornemens, zelfs oude klassiekers tonen zichzelf in een heel nieuw licht. En vandaag: pizza! Gemaakt van volkoren flatbreads met een vegetarische topping van paprika, courgette, mozzarella en basilicum. Je maakt er nog een frisse salade bij met een lichte dressing en walnoten - zo begin je het nieuwe jaar met een goed geweten!

Wat je van ons krijgt

- 1 rode paprika
- 1 teen knoflook
- 1 pakje tomatensaus met basilicum
- 1 courgette
- 4x volkoren flatbread ¹
- 1 bol mozzarella ⁷
- 1 blokje harde kaas ^{3,7}
- 10g verse basilicum
- 50g mesclun
- 25g walnoten ¹⁵

Wat je thuis nodig hebt

- honing
- mosterd ¹⁰
- peper en zout
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- oven
- 3 bakplaten
- bakpapier
- dunschiller
- 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), noten (15). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 858kcal, vet 40.6g, koolhydraten 92.8g, eiwit 30.8g



1. Ingrediënten voorbereiden

Verwarm de oven voor op 240°C (220°C hetelucht). Verwijder de kern en snijd de **paprika** in reepjes. Leg op een bakplaat met bakpapier en wrijf in met 2tl olijfolie en een snuf zout en peper. Pel en hak de **knoflook** zeer fijn, of gebruik een knoflookpers. Meng de **knoflook** met de **tomatensaus**, 1tl honing en een snuf zout en peper.



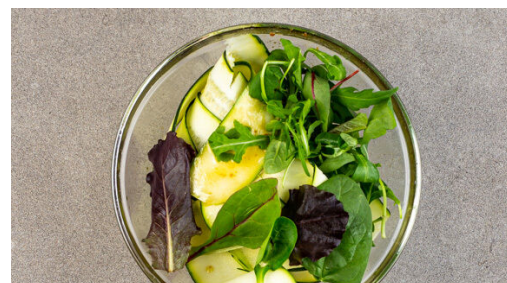
4. Pizza's bakken

Rasp de **kaas** fijn en verdeel over de **flatbreads**. Bak de **pizza's** 10-12min in de oven, tot de randen goudbruin zijn en de **kaas** gesmolten is. Verwissel de bakplaten halverwege de baktijd.



2. Courgette snijden

Bak de **paprikareepjes** 6-8min in de oven, tot ze zacht beginnen te worden. Schaaf de **courgette** met een dunschiller of kaasschaaf rondom in brede linten. Snijd de **zachte kern** in dunne plakjes.



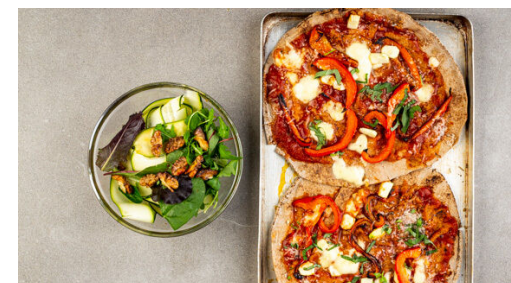
5. Salade maken

Pluk de **basilicumblaadjes** en hak ze grof. Klop een **dressing** van 1el olijfolie, 1tl azijn, 1tl honing en 1tl mosterd. Meng de **courgettelinten** en de **mesclun** met de **dressing**. Breng op smaak met zout en peper.



3. Flatbreads beleggen

Bestrijk de **flatbreads** met de **tomatensaus**. Scheur de **mozzarella** in stukjes. Verdeel de **paprika**, de **courgetteplakjes** en de **mozzarella** gelijkmatig over de **flatbreads**. Bewaar de bakplaat voor stap 6. Leg de **flatbreads** op 2 andere bakplaten of een ovenrooster.



6. Walnoten roosteren

Verdeel de **walnoten** over de bewaarde bakplaat en rooster ze ca. 2min in de oven. Bestrooi de **salade** met de **walnoten**. Top de **pizza's** met de **basilicum** en serveer met de **salade**.