

DINNERLY



Broodje vegetarische schnitzel met muntyoghurt, paprika en ingelegde ui



ca. 25min



2 personen

Een broodje schnitzel kan zo lekker zijn. En wat is het dan fijn dat Dinnerly een vegetarische versie op het menu heeft gezet! Vandaag maken we er ook nog een heerlijk frisse bedoening van, met ingelegde ui, geroosterde paprika en een yoghurtsaus met munt. Een-en-al smaak, een-en-al genieten.

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 1 rode ui
- 1 rode paprika
- 2 baguettes¹
- 10g verse munt
- 1 kuipje yoghurt⁷
- 2 vegetarische schnitzels^{1,3}

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 1 teen knoflook
- 1el honing
- peper en zout
- plantaardige olie
- 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), eieren (3), melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 786kcal, vet 32.8g, koolhydraten 93.3g, eiwit 28.3g



1. Ingrediënten voorbereiden

Verwarm de oven voor op 200°C (180°C hetelucht) – haal eerst de bakplaat eruit. Pel en snij de **ui** in heel dunne ringen. Meng de **ui** met 1el azijn en een snuf zout. Snij de **paprika** in vieren, verwijder de zaadlijsten en snij het vruchtvlees in dunne reepjes. Meng de **paprika** met 1el plantaardige olie en een snuf peper en zout en verdeel over een bakplaat met bakpapier.



2. Paprika roosteren

Rooster de **paprika** ca. 10min in de oven en meng dan met 1el honing en schuif naar 1 kant van de plaat. Snij de **broodjes** open, leg ze met de snijkant naar boven op de plaat en bak het geheel nog eens 5min.



3. Muntyoghurt maken

Pel en snij 1 teen knoflook fijn. Pluk de **muntblaadjes**. Hou een paar **blaadjes** apart en snij de rest fijn. Meng de **yoghurt** met de knoflook, de **fijngesneden munt** en een snuf peper en zout.



4. Schnitzel bakken

Verhit een middelgrote koekenpan met 1el plantaardige olie. Bak de **schnitzels** 2-3min op middelhoog vuur. Kruid ze met peper en zout, draai ze om en bak nog eens 2-3min tot ze rondom goudbruin en knapperig zijn. Snij **elke schnitzel** in de lengte doormidden.



5. Broodjes beleggen

Bestrijk de **broodjes** met de **muntyoghurt** en beleg met de **schnitzels**, **paprika** en **ingelegde ui**. Bestrooi met de rest van de **munt** en serveer.



6. Muntyoghurt for days!

Als je niet alle muntyoghurt opmaakt, kun je die later deze week gebruiken als dressing voor een groene salade of pastasalade.