

DINNERLY



Burger van spiegelei en avocado met een frisse aardappelsalade



ca. 25min



2 personen

Een eitje met avocado op geroosterd brood vormt een heerlijk ontbijt. Onze chef Jessica vond dat deze combinatie óók zou werken als mooie burger. En we moeten zeggen, ze had helemaal gelijk! Vandaag maak je een hartige vegetarische burger met spiegelei, verse avocado en tomaat. Daarbij serveer je geroosterde krieltjes in een dressing met bosui. Fris, verrassend en superlekker.

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 1 netje krieltjes
- 1 tomaat
- 1 bosui
- 1 avocado
- 2 eieren ³
- 2 briochebroodjes ^{1,3,7}

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 1 teen knoflook
- 2el mayonaise ³
- 1tl mosterd ¹⁰
- peper en zout
- olijfolie
- azijn

KOOKGEREI

- oven
- ovenrek
- bakplaat met bakpapier
- middelgrote koekenpan met deksel

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). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 778kcal, vet 46.5g, koolhydraten 75.0g, eiwit 17.4g



1. Ingrediënten voorbereiden

Verwarm de oven voor op 240°C (220°C hetelucht) – haal eerst de bakplaat eruit. Halveer de **krieltjes mét schil**. Snij de **tomaat** horizontaal doormidden. Pel 1 teen knoflook en snij of pers heel fijn.



2. Groenten roosteren

Verdeel de **krieltjes** over een bakplaat met bakpapier en leg de **tomaat** met snijkant naar boven erbij. Bedruppel met 1el olijfolie en verdeel de knoflook over de **tomatenhelften**. Bestrooi met 1/2tl zout en rooster 20-25min in de oven tot de **krieltjes** goudbruin en knapperig zijn.



3. Avocado snijden

Snij de **bosui** in dunne ringen. Klop een **dressing** van de **bosui**, 2el mayonaise, 1el azijn en 1tl mosterd. Halveer de **avocado** en wip met de rand van een lepel de pit eruit. Schep dan het **vruchtvlees** in zijn geheel uit de schil. Snij **1 helft** in dunne plakjes. Prak de **andere helft** fijn met een snuf peper en zout.



4. Spiegeleieren bakken

Verhit een middelgrote koekenpan met 1el olijfolie op middelhoog vuur. (Zie ook **stap 6**.) Breek de **eieren** in de pan, leg er een deksel op en bak 2-4min tot je mooie **spiegeleitjes** hebt. Kruid met een snuf peper en zout. Haal de bakplaat uit de oven en laat even afkoelen. Leg de **broodjes** op een ovenrek en bak ca. 2min in de oven. Meng de **krieltjes** met de **dressing**.



5. Burger bouwen & serveren

Snij de **broodjes** open en besmeer de **onderste helften** met de **gepureerde avocado**. Beleg ze met de **schijfjes avocado**, de **spiegeleitjes** en de **tomaat**. Serveer de **burgers** met de **aardappelsalade**.



6. Het perfecte ei

Om een mooi, krokant randje aan de spiegeleieren te krijgen is het belangrijk dat de pan eerst goed opwarmt. Breek de eieren erin, zet dan het vuur wat lager, leg een deksel erop en bak tot ze de gewenste consistentie hebben. Wij gaan het liefst voor een knapperig randje en zacht eigeel. Mmm, heerlijk.