



Gebakken paneer met ei en tomatensalade

en geroosterde bloemkool en aubergine



ca. 30min



2 personen

In de oven geroosterde groenten zijn al heerlijk, maar zoals je weet gaan we bij Marley Spoon altijd een stapje verder. Daarom serveren we vandaag heerlijk geroosterde bloemkool en aubergine, op smaak gebracht met curry-madraskruiden, met gebakken repen paneer die knapperig zijn van buiten en zacht van binnen. Erbij een tomatensalade en, om het af te maken, een gekookt eitje.

Wat je van ons krijgt

- 1 kleine bloemkool
- 1 aubergine
- 1 zakje madraskruiden ¹⁰
- 2 tomaten
- 1 bosui
- 2 eieren ³
- 1x paneer ⁷
- 1 onbehandelde limoen

Wat je thuis nodig hebt

- 2el mayonaise ³
- 1tl honing
- peper en zout
- plantaardige olie
- azijn

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- kleine kookpan
- middelgrote koekenpan
- zeef

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

Allergenen

eieren (3), melk (7), mosterd (10). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

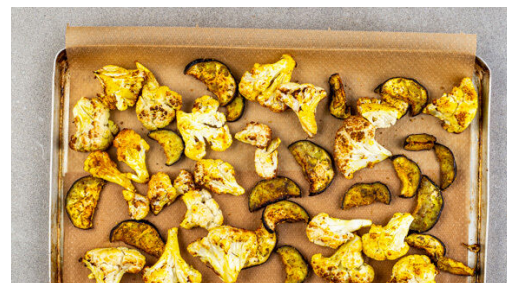
Voedingswaarde per portie

calorieën 751kcal, vet 61.0g, koolhydraten 21.3g, eiwit 30.5g



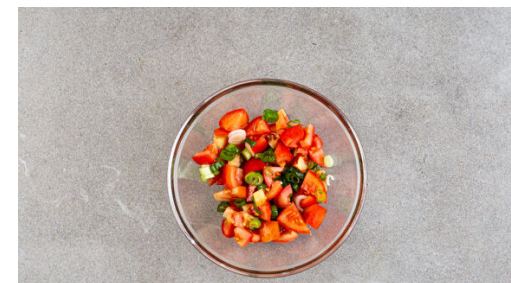
1. Groenten snijden

Verwarm de oven voor op 240°C (220°C hetelucht). Snijd de **bloemkool** in hapklare stukken. Snijd de **aubergine** in de lengte doormidden en dan in plakken.



2. Groenten roosteren

Leg de **bloemkool** en de **aubergine** op een bakplaat met bakpapier en hussel om met 1el plantaardige olie, $\frac{3}{4}$ van de **madraskruiden** en een flinke snuf zout. Rooster de **groenten** in 20-25min goudbruin in de voorverwarmde oven. Schep halverwege een keer om.



3. Salade maken

Klop een **dressing** van 1el plantaardige olie, 1el azijn, 1tl honing en een snuf zout en peper. Snijd de **tomaten** in blokjes. Snijd de **bosui** in dunne ringen. Meng de **tomaten** en **bosui** met de **dressing**.



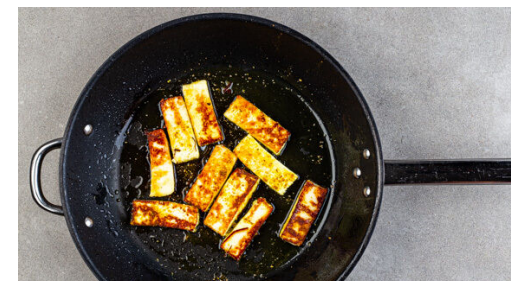
4. Eieren koken

Breng in een kleine kookpan voldoende water aan de kook voor de **eieren**. Doe de **eieren** voorzichtig in het kokende water en kook ze in ca. 6min zacht. Kook ze 2min langer voor een harde dooier. Giet de **eieren** af, laat schrikken met koud water en pel ze.



5. Paneer snijden

Snijd de **paneer** in plakken van ca. 1cm. Pers de **limoen** uit. Meng een **dip** van 2el mayonaise, **limoensap naar smaak** en 1el water. Breng op smaak met peper en zout. **Tip:** meng evt. **overgebleven limoensap** door de **salade**.



6. Paneer bakken

Verhit een middelgrote koekenpan op middelhoog vuur met 1el plantaardige olie. Bak de **paneer** in 1-2min per zijde goudbruin. Bestrooi ze met de **rest van de madraskruiden**, neem uit de pan en verdeel ze met de **bloemkool** en **aubergine** over borden. Top met de **eieren** en de **tomatensalade zonder vloeistof**. Besprenkel met de **dip** en serveer.