

DINNERLY



Geitenkaas uit de oven met rode biet op bulgur en gebakken nectarine



ca. 30min



2 personen

Rode biet en geitenkaas zijn al sinds mensenheugenis beste vriendjes. Waarschijnlijk omdat ze allebei een zachte textuur hebben en zo goed combineren met zure én zoete smaken. Om die eigenschappen extra aan te zetten roosteren we deze ingrediënten vandaag met sappige nectarine en serveren we het geheel op zachte bulgur. En dan maken we er ook nog eens een rozemarijndressing bij! Dit recept is een regelrechte winnaar.

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 1 nectarine
- 500g voorgekookte rode bieten
- 150g bulgur¹
- 10g verse kruidenmix: platte peterselie & rozemarijn
- 25g pompoenpitten
- 1x zachte geitenkaas⁷

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 1el honing of suiker
- peper en zout
- olijfolie
- balsamicoazijn¹⁷

KOOKGEREI

- oven
- bakplaat met bakpapier
- kleine kookpan met deksel
- maatbeker
- staafmixer met beker

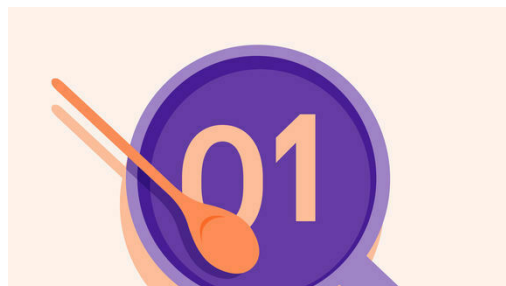
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

ALLERGENEN

gluten (1), melk (7), sulfieten (17). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

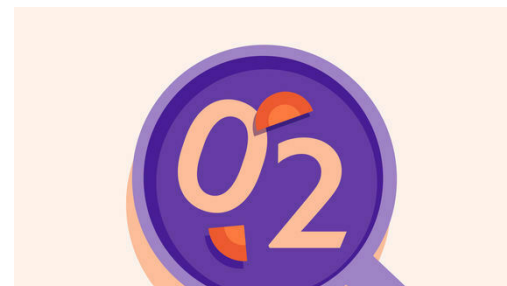
VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 831kcal, vet 44.5g, koolhydraten 77.7g, eiwit 25.4g



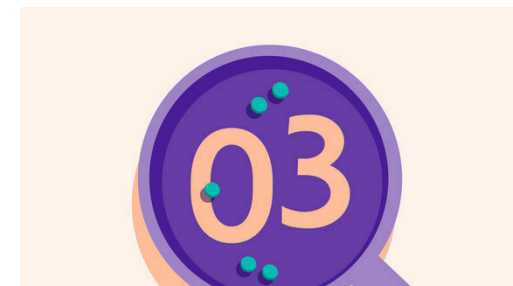
1. Ingrediënten voorbereiden

Verwarm de oven voor op 200°C bovenhitte (180°C hetelucht) – haal eerst de bakplaat eruit. Snij de **nectarine** in partjes. Giet de **rode bieten** af boven een kom om het vocht op te vangen. Snij de **helft van de bieten** in blokjes van 1-2cm. De rest kan je voor een ander gerecht bewaren. **Tip:** Rode biet kan nogal vlekken. Het is aan te raden keukenhandschoenen en evt. een schort te dragen.



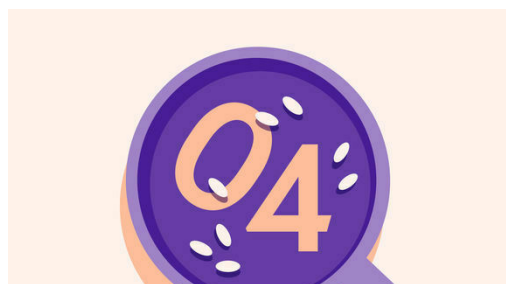
2. Dressing maken

Breng 300ml licht gezouten water aan de kook in een kleine kookpan. Pluk de **rozemarijn** van de steeltjes en hak grof. Maak een **dressing** van de **rozemarijn**, het **bietenvocht**, 3el olijfolie, 1el balsamicoazijn, 1el honing of suiker, 1tl zout en 1/2tl peper.



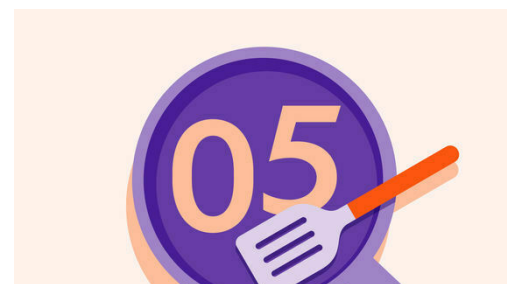
3. Geitenkaas bakken

Leg de **nectarine**, **3/4e van de rode biet**, de **geitenkaas** en de **helft van de pompoenpitten** op een bakplaat met papier. Meng met de **helft van de dressing**. Zet de bakplaat bovenin de oven en rooster het geheel 10-15min tot de **nectarine** en **kaas** bruin beginnen te worden.



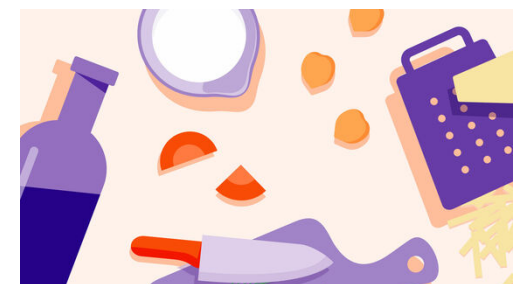
4. Bulgur koken

Voeg de **bulgur** toe als het water kookt en kook in 8-10min beetgaar. Giet de **bulgur** goed af en kruid met peper en zout. Pak de staafmixer met hoge beker en pureer de **rest van de dressing** en de **rest van de pompoenpitten** tot een gladde **sous**. Snij de **peterselie mét steeltjes** grof.



5. Afmaken en serveren

Meng de **rest van de rode biet** met **3/4e van de saus** en roer dit samen met de **peterselie** door de **bulgur**. Proef en breng op smaak met nog wat peper en zout. Verdeel de **bulgur**, **kaas**, **nectarine** en **bieten** over de borden. Bedruip het gerecht met de **rest van de saus**.



6. Zet je schrap voor smaak!

Er komen hier wel héél veel smaken tegelijk op je af... Voor het contrast en wat milde frisheid kun je een restje sla (bijv. rucola of veldsla) over de borden strooien. Dat ziet er ook nog eens heel gezellig uit!