



## „Loaded Fries“ mit Spiegelei

Asia-Style mit Gemüse und Limettendip



30-40min



2 personen

Ob daheim oder an der Imbissbude, mit Mayo oder Ketchup - Pommes lieben wir alle! Unsere Köchin Mirte hat sich eine eigene Variante mit vietnamesischem Touch und knackigem Gemüse für zusätzliche Frische ausgedacht. Serviert werden die köstlichen Fritten mit Spiegelei, Limetten-Joghurt-Dip, Chilisauce und frischen Kräutern. Mahlzeit!

## Wat je van ons krijgt

- 1 kg vastkokende aardappels
- 2 wortels
- 1 onbehandelde limoen
- 1 kuipje yoghurt<sup>7</sup>
- 1 komkommer
- 50g gezouten pinda's<sup>5</sup>
- 10g verse kruidenmix: koriander en munt
- 2 eieren<sup>3</sup>
- 50ml zoete chilisaus
- 1 zakje sesam<sup>11</sup>

## Wat je thuis nodig hebt

- 1 el mayonaise<sup>3</sup>
- peper en zout
- suiker
- 30ml plantaardige olie

## Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- middelgrote koekenpan
- keukenweegschaal
- dunschiller
- keukenrasp
- citruspers

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

### Allergenen

eieren (3), pinda's (5), melk (7), sesamzaad (11). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

### Voedingswaarde per portie

calorieën 903kcal, vet 44.5g, koolhydraten 97.6g, eiwit 23.5g



### 1. Gemüse vorbereiten

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. **750g Kartoffeln** und **1 Karotte** ggf. schälen und in dünne, pommesartige Stifte schneiden. Mit 1EL Pflanzenöl, ½TL Salz und Pfeffer nach Geschmack gut vermengen. Die **übrigen Kartoffeln** werden für dieses Rezept nicht benötigt.



### 4. Salat fertigstellen

Die **Minzeblätter** von den Stängeln zupfen und fein schneiden. Den **Koriander samt Stängeln** fein schneiden. Die **Karotten**, die **Gurken** und die **Erdnüsse** mit der **½ der Kräuter** und dem **übrigen Limettensaft** vermengen und den **Salat** mit je 1 Prise Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken.



### 2. Gemüse rösten

Das **Gemüse** auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech 20-30Min. im Ofen goldbraun backen. Nach der Hälfte der Zeit wenden. Die **Limettenschale** abreiben, die **Limette** halbieren, **eine Hälfte** auspressen, die **andere Hälfte** in Spalten schneiden. Die **½ des Joghurts**, **1TL Limettenschale**, **1EL Limettensaft**, 1EL Mayonnaise und je 1 kräftige Prise Salz und Pfeffer verrühren.



### 5. Spiegeleier braten

In einer mittelgroßen Pfanne 1EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze erwärmen. Die **Eier** aufbrechen, in die Pfanne gleiten lassen und in 3-4Min. zu **Spiegeleiern** braten. Mit je 1 Prise Salz und Pfeffer würzen. **Tipp:** Wer möchte, dass auch das **Eigelb** fest wird, verwendet einen Deckel.



### 3. Salat vorbereiten

Die **übrige Karotte** ggf. schälen und mit einem Sparschäler in dünne Streifen schneiden. Die **Gurke** längs halbieren und quer in dünne Scheiben schneiden. Die **Erdnüsse** grob hacken.



### 6. Anrichten und servieren

Die **Kartoffel-Karotten-Pommes** mit dem **Salat** und dem **Spiegelei** anrichten. Nach Belieben mit dem **Limettendip**, der **Sweet-Chili-Sauce**, den **restlichen Kräutern** und dem **Sesam** garnieren und mit den **Limettenspalten** servieren.