

# DINNERLY



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



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 biologische bulgur <sup>1</sup>
- 10g verse kruidenmix: platte peterselie & rozemarijn
- 25g pompoenpitten
- 1x zachte geitenkaas <sup>2</sup>

## WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 1el honing of suiker
- peper en zout
- olijfolie
- balsamicoazijn <sup>3</sup>

## 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.

## KOOKTIP

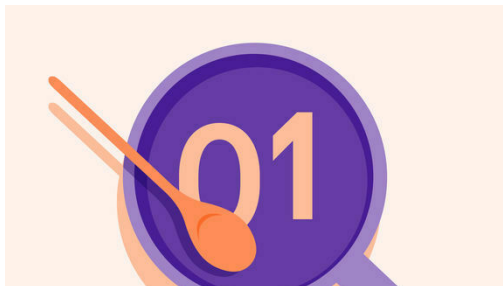
Rode biet kan nogal vlekken. Het is daarom aan te raden keukenhandschoenen en evt. een schort te dragen.

## ALLERGENEN

Gluten (1), Melk (2), Zwaveldioxide en Sulfieten (3). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

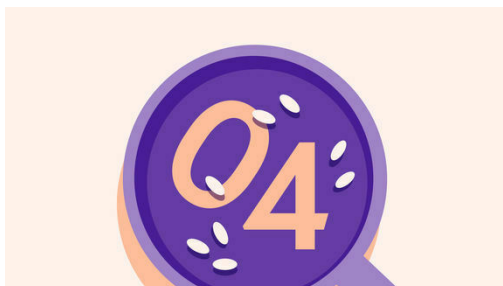
## VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 824kcal, vet 44.1g, koolhydraten 76.5g, eiwit 25.6g



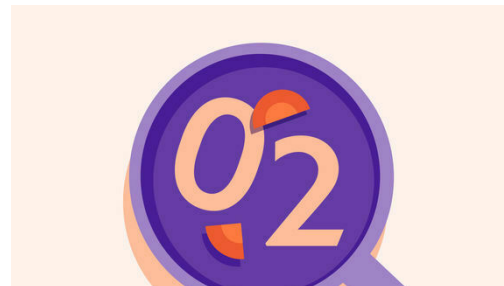
### 1. Ingrediënten voorbereiden

Verwarm de oven voor op 200°C bovenwarmte (180°C hetelucht) – haal eerst de bakplaat eruit. Halveer en ontpit de **nectarine** en snij in partjes. Giet de **rode bieten** af boven een kom zodat je het vocht opvangt. Snij de **helft van de bieten** in blokjes van 1-2cm. De **rest van de biet** gebruiken we hier niet.



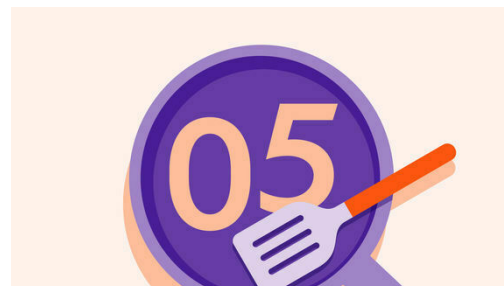
### 4. Bulgur koken

Voeg de **bulgur** toe aan het kokende water, doe een deksel op de pan en draai het vuur laag. Laat 5-7min zachtjes koken tot de **bulgur** gaar is en het water opgenomen heeft. Neem de pan van het vuur, kruid met peper en zout en laat de **bulgur** afgedekt rusten. Doe de **rest van de dressing** en de **rest van de pompoenpitten** in een hoge (maat)beker en pureer tot een gladde **sous**.



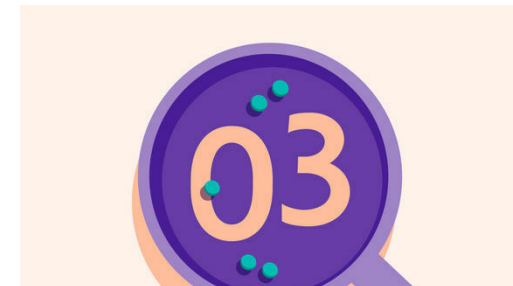
### 2. Dressing maken

Breng 300ml licht gezouten water aan de kook in een kleine kookpan. Pluk de **rozemarijn** van de steeltjes en hak grof. Klop een **dressing** van de **rozemarijn**, het **bietenvocht**, 3el olijfolie, 1el balsamicoazijn, 1el honing of suiker, 1tl zout en ½tl peper.



### 5. Afmaken en serveren

Snij de **peterselie mét steeltjes** grof. Schep de **rest van de rode biet**, **¾ van de saus** en de **peterselie** door de **bulgur**. Proef en breng verder op smaak met peper en zout. Verdeel de **bulgur**, **kaas**, **nectarine** en **rode biet** over borden. Bedruppel het gerecht met de **rest van de saus**.



### 3. Kaas bakken

Verdeel de **nectarine**, **¾ van de rode biet**, de **geitenkaas** en de **helft van de pompoenpitten** over een bakplaat met papier en meng met de **helft van de dressing**. Bak het geheel 10-15min bovenin de oven tot de **nectarine** en **kaas** bruin beginnen te worden.



### 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!