



Minipizza's met paprika en olijven

met cajun-broccoli en zonnebloempitten



ca. 35min



2 personen

Wat een schattige minipizza's! Deze kleine deegbommetjes beleg je rijkelijk met knapperige paprika, groene olijven en een flinke laag gesmolten kaas. Terwijl ze in de oven bakken, maken we een lauwarme salade van pittig gekruide broccoli en geroosterde zonnebloempitten. Lekker en origineel!

Wat je van ons krijgt

- 1 teen knoflook
- 1x tomaten-basilicumsaus
- 1 paprika
- 1 zakje groene olijven
- 1 rol pizzadeeg ¹
- 100g jonge geraspte kaas ²
- 1 grote broccoli
- 25g zonnebloempitten
- 1 zakje cajunkruiden

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie
- balsamicoazijn ³
- azijn

Kookgerei

- oven met bakplaat
- middelgrote kookpan
- kleine koekenpan
- vergiet

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

Allergenen

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

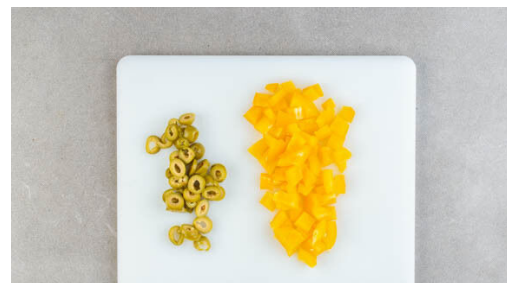
Voedingswaarde per portie

calorieën 1134kcal, vet 50.5g, koolhydraten 117.3g, eiwit 40.3g



1. Saus voorbereiden

Verhit de oven voor op 240°C (220°C hetelucht) – haal eerst de bakplaat eruit. Pel de **knoflook** en snijd fijn. Meng de **helft van de tomatensaus** met de **knoflook** en ½el balsamicoazijn. Kruid met peper en zout. De **rest van de tomatensaus** heb je voor dit recept niet nodig.



2. Groente snijden

Verwijder de zaadlijsten uit de **paprika** en snijd het **vruchtvlees** in grote blokjes. Snijd de **olijven** in dunne ringetjes.



3. Deeg voorbereiden

Rol het **deeg met papier** uit op een bakplaat en snijd in vier gelijke rechthoeken. Rol de randen iets op zodat je een **pizzarand** krijgt.



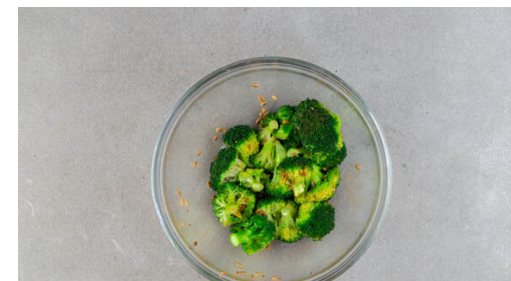
4. Pizza's bakken

Bestrijk het **deeg** met de **tomatensaus**. Verdeel de **paprika** en **olijven** erover en bestrooi met de **kaas**. Bak de **pizza's** in 10-15min goudbruin en gaar in de oven.



5. Broccoli koken

Breng een middelgrote kookpan met ruim gezouten water aan de kook voor de **broccoli**. Snijd de **broccoli** in hapklare roosjes. Schil evt. de **stronk** en snijd deze in kleine blokjes. Voeg de **broccoli** toe aan het kokende water en kook 3-5min op medium tot hoog vuur tot de **broccoli** beetgaar is. Laat uitlekken in een vergiet.



6. Broccoli verfijnen

Verhit een kleine, droge koekenpan op middelhoog vuur en rooster de **zonnebloempitten** in 1-2min goudbruin. **Let op:** ze kunnen snel verbranden. Klop een **dressing** van 2el olijfolie, 1el azijn en de **helft van de kruidenmix**. Proef en breng op smaak met peper en zout. Meng de **broccoli** met de **dressing**, bestrooi met de **zonnebloempitten** en serveer als bij de **pizza's**.