

DINNERLY



Broodje vegetarische schnitzel met muntyoghurt, paprika en ingelegde ui



ca. 25min



2 personen

Een broodje schnitzel kan zo lekker zijn. En wat is het dan fijn dat Dinnerly een vegetarische versie op het menu heeft gezet! Vandaag maken we er ook nog een heerlijk frisse bedoening van, met ingelegde ui, geroosterde paprika en een yoghurtsaus met munt. Een-en-al smaak, een-en-al genieten.

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 1 rode ui
- 1 paprika
- 2 baguettes²
- 10g verse munt
- 1 kuipje yoghurt³
- 2 bonenschnitzels^{1,2}

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 1 teen knoflook
- 1el honing
- peper en zout
- plantaardige olie
- azijn

KOOKGEREI

- oven
- bakplaat met bakpapier
- middelgrote koekenpan

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

ALLERGENEN

Eieren (1), Glutens (2), Melk (3). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 767kcal, vet 30.6g, koolhydraten 96.5g, eiwit 26.6g



1. Ingrediënten voorbereiden

Verwarm de oven voor op 200°C (180°C hetelucht) – haal eerst de bakplaat eruit. Pel de **ui** en snij in heel dunne ringen. Meng de **ui** met 1el azijn en een snuf zout. Verwijder de zaadlijsten uit de **paprika** en snijd het **vruchtvlies** in dunne reepjes. Meng de **paprika** met 1el plantaardige olie en een flinke snuf peper en zout en verdeel over een bakplaat met bakpapier.



2. Paprika roosteren

Rooster de **paprika** ca. 10min in de oven. Bedruppel de **paprika** dan met 1el honing en schuif naar 1 kant van de plaat. Snij de **broodjes** open, leg ze met de snijkant naar boven op de plaat en bak het geheel nog eens 5min.



3. Muntyoghurt maken

Pel 1 teen knoflook en snij fijn. Pluk de **muntblaadjes**. Hou een paar **blaadjes** apart voor de garnering en snij de rest fijn. Meng de **yoghurt** met de knoflook, de **fijngesneden munt** en een snuf peper en zout.



4. Schnitzel bakken

Verhit een middelgrote koekenpan op middelhoog vuur met 1el plantaardige olie. Bak de **schnitzels** 2-3min. Bestrooi ze met een snuf peper en zout, draai ze om en bak nog eens 2-3min tot ze rondom goudbruin en knapperig zijn. Snij **elke schnitzel** in de lengte doormidden.



5. Broodjes beleggen

Bestrijk de **broodjes** met de **muntyoghurt** en beleg met de **schnitzels**, **paprika** en **ingelegde ui**. Bestrooi met de rest van de **munt** en serveer.



6. Muntyoghurt for days!

Als je niet alle muntyoghurt opmaakt, kun je die later deze week gebruiken als dressing voor een groene salade of pastasalade.