

DINNERLY



Cajun vega-burger met BBQ-saus en rodebietensalade met feta



binnen 20min



2 personen

De cajun-keuken uit Louisiana staat bekend om zijn volle, aardse en pittige smaken. Hij komt voort uit de Franse culinaire traditie en is beïnvloed door onder andere West-Afrikaanse en Spaanse keukens. Wij combineren vandaag een heerlijke cajun-kruidentmix met BBQ-saus, om daar vervolgens een vegetarische versie van de traditionele Noord-Amerikaanse burger mee te kruiden.

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 2 vegan rundvleesburgers ⁶
- 100g veldsla
- 500g voorgekookte rode bieten
- 100g feta ⁴
- 2 burgerbroodjes ³
- 1 zakje cajunkruiden
- 40ml BBQ-saus ^{1,5}

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 2el mayonaise ²
- 1tl boter ⁴
- peper en zout
- olijfolie
- azijn

KOOKGEREI

- oven
- middelgrote koekenpan

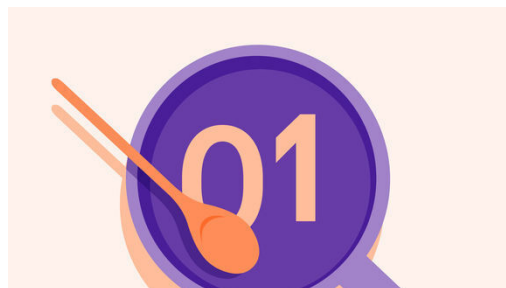
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

ALLERGENEN

Selderij (1), Eieren (2), Gluten (3), Melk (4), Mosterd (5), Soja (6). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

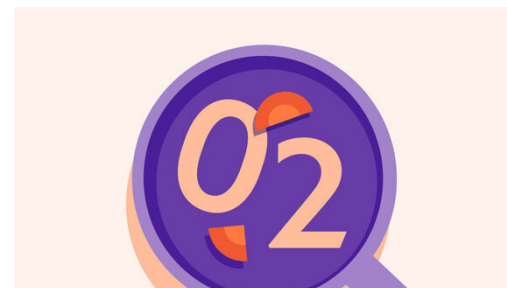
VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 859kcal, vet 51.4g, koolhydraten 58.9g, eiwit 33.9g



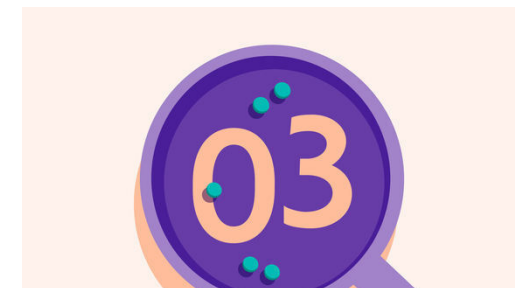
1. Burgers bakken

Verwarm de oven voor op 220°C (200°C hetelucht). Verhit een middelgrote koekenpan op middelhoog vuur met 1el olijfolie. Bak de **burgers** 3-4min per kant, tot ze goudbruin en krokant zijn.



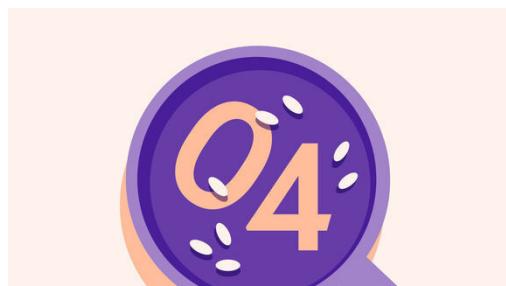
2. Salade voorbereiden

Meng de **sla** met ½el olijfolie en 1el azijn. Halveer de **helft van de rode bieten** en snij ze in plakken van 0,5cm dik. Bewaar wat **sla** voor de **burgers** en meng de **rest van de sla** met de **plakken rode biet**. (De **rest van de rode biet** kun je voor een ander recept bewaren.)



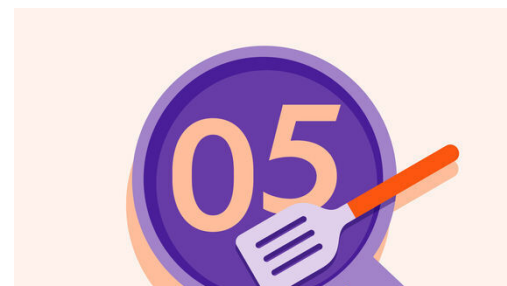
3. Feta toevoegen

Verkruimel de **feta** met je vingers of een vork en meng met de **salade**. Proef en kruid evt. met peper en zout.



4. Broodjes roosteren

Snij de **broodjes** open, leg ze met de snijkant naar onder op een rooster in het midden van de oven en rooster in 3-5min goudbruin.



5. Saus maken

Voeg de **kruidenmix**, de **BBQ-saus** en 1tl boter toe aan de pan met **burgers** en meng ca. 1min. Haal de pan van het vuur en wentel de **burgers** door de saus, tot ze gelijkmatig bedekt zijn. Bestrijk de **broodjes** met 1el mayonaise en beleg met de **burgers** en de **rest van de sla**. Serveer met de **rodebietensalade**.



6. Kruiden-mayo

Voor een nog intenser aroma kun je kruiden zoals dille of bieslook (of zelfs knoflook) door de mayonaise mengen, voordat je 'm op de broodjes smeert.