



Traybake met topinamboer

en pompoensalsa plus guacamole



30-40min



2 personen

De topinamboer, ofwel aardpeer, groeide oorspronkelijk in Noord-Amerika. Toen ontdekkingsreiziger Samuel de Champlain de knolletjes voor het eerst bij de Huron-indianen at, wist hij direct dat hij ze mee moest nemen naar Frankrijk. En zo verbreidde de topinamboer zich over de rest van Europa. Wij zijn hem dankbaar, want de topinamboer leent zich uitstekend voor een traybake met aardappeltjes, spruitjes en romige guacamole.

Wat je van ons krijgt

- 500g vastkokende aardappels
- 1x topinamboer
- 1 wortel
- 1x spruitjes
- 5g Mexicaanse kruiden
- 10g verse kruidenmix: knoflookbieslook & peterselie
- 1 bosui
- 1 limoen
- 1 zakje pompoenpitten
- 1 bakje guacamole
- 1x veldsla

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- fijne keukenrasp
- kleine koekenpan

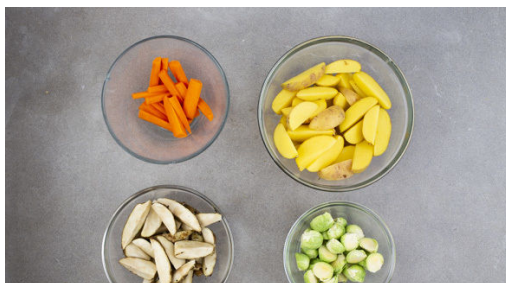
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

Kan sporen van allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 639kcal, vet 29.3g, koolhydraten 57.1g, eiwit 20.1g



1. Groenten voorbereiden

Verwarm de oven voor op 190°C. Snijd de **aardappels** in partjes. Boen de **topinamboers** goed schoon en snijd ze in even grote stukjes als de aardappel. Schil de **wortel** en snijd ze in staafjes. Halveer de **spruitjes**.



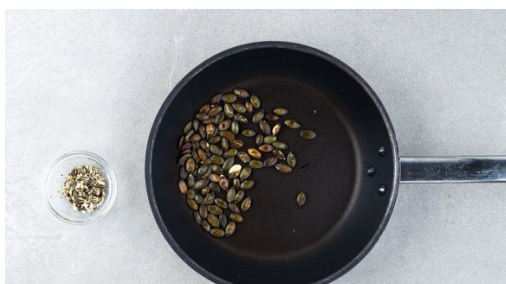
2. Groenten roosteren

Verdeel de **groenten** over een bakplaat met bakpapier en hussel ze om met **1-2tl Mexicaanse kruiden**, 1el olijfolie, 1/4-1/2tl zout en een snuf peper. Je kunt meer **kruiden** toevoegen voor een sterkere smaak. Rooster de **groenten** 25-30min in de oven tot ze gaar zijn en goudbruine randjes hebben.



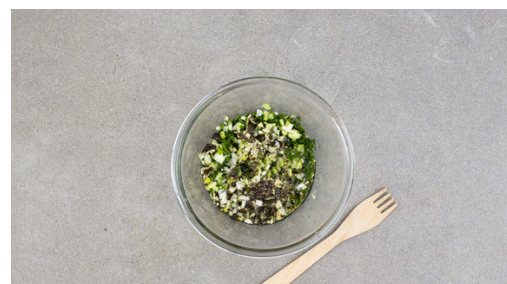
3. Smaakmakers voorbereiden

Hak de **peterselie** fijn en snijd of knip de **bieslook** in ringetjes. Snijd het **wit van de bosui** fijn en het **groen** in ringetjes. Rasp de **limoenschil** fijn en pers de **limoen** uit.



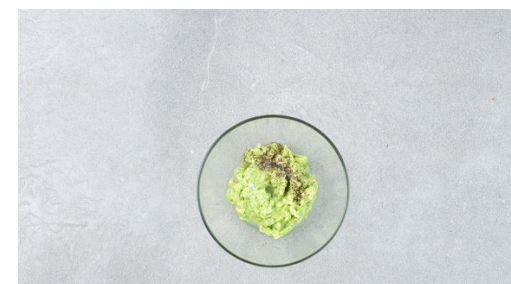
4. Pompoenpitten roosteren

Rooster de **pompoenpitten** 1-2min in een droge, kleine koekenpan op matig vuur tot ze een ploppend geluid maken. Let op, ze kunnen snel verbranden! Schep uit de pan. Hak **1el pitjes** fijn en doe ze in een kommetje.



5. Salsa maken

Doe de **peterselie**, **bieslook** en **gehakte bosui** samen met de **helft van het limoensap**, **1tl limoenrasp**, 1el olijfolie en 1el water bij de gehakte **pompoenpitten** en roer door. Breng de **salsa** op smaak met peper, zout en **limoenrasp**.



6. Dip afmaken

Breng de **guacamole** op smaak met **limoensap**, zout en peper naar wens. Serveer de **ovengroenten** bovenop de **sla**. Garneer met de **pompoenpitten**, **bosuiringen**, **salsa** en de **dip**.