



Jackfruitburger met komkommerpickle

en zoeteaardappelfrietjes en vegan mayo



30-40min



2 personen

Jackfruit is dankzij de neutrale smaak een uitstekende vleesvervanger. Je kunt het helemaal naar wens op smaak brengen en de structuur is lekker vlezig. Deze jackfruitburger met gepickelde komkommer is daarom een heerlijk vegan alternatief voor de reguliere hamburger. Mét vegan mayo en knapperige zoeteaardappelfrietjes.

Wat je van ons krijgt

- 2 zoete aardappels
- 2 burgerbroodjes ¹
- 1 blik jackfruit
- 1 teen knoflook
- 1 zakje zoet paprikapoeder
- 1 minikomkommer
- 1 tomaat
- 1x veldsla
- 2 zakjes vegan mayonaise ^{10,12}

Wat je thuis nodig hebt

- bloem ¹
- peper en zout
- suiker
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- middelgrote koekenpan
- dunschiller
- zeef

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

Allergenen

gluten (1), mosterd (10), zwaveldioxide en sulfieten (12). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 874kcal, vet 49.9g, koolhydraten 90.2g, eiwit 13.6g



1. Friet bakken

Verwarm de oven voor op 200°C. Schil en snijd de **zoete aardappels** in dunne frieten. Verdeel ze over een bakplaat met bakpapier en hussel om met 1el olijfolie en 1/2tl zout. Rooster de **friet** in 18-20min goudbruin en gaar in de oven. Snijd de **burgerbroodjes** open en rooster ze in de laatste 2-3min mee.



4. Burgers bakken

Meng het **jackfruit** met 3-4el bloem en kneed er **2 burgers** van. Verhit de gebruikte pan op middelhoog vuur met 1-2el olijfolie en bak de **burgers** in 3-5min per zijde knapperig.



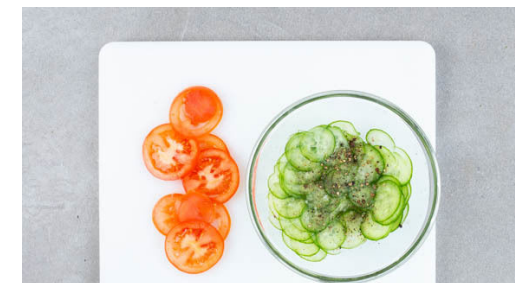
2. Jackfruit bakken

Spoel het **jackfruit** af en dep droog. Verhit een middelgrote koekenpan op hoog vuur met 2el olijfolie en bak het **jackfruit** in 8-10min rondom knapperig. Pel en hak de **knoflook** fijn. Voeg de **helft van het paprikapoeder**, de **knoflook**, 1el azijn en een snuf zout, peper en suiker toe en roer door. Schep uit de pan.



5. Dressing maken

Klop een **dressing** van 1el olijfolie, 1tl azijn en een snuf zout en peper. Hussel de **veldsla** vlak voor het serveren om met de **dressing**.



3. Komkommer inleggen

Snijd de **helft van de komkommer** in dunne schijfjes en meng met een flinke snuf zout, peper en suiker en 1tl azijn. Snijd de **tomaat** in plakjes. Gebruik de **rest van de komkommer** voor een ander recept.



6. Burgers bouwen

Giet de **komkommer** af. Besmeer de **broodjes** met de **helft van de mayonaise** en beleg met de **burgers**, **komkommer** en **tomaat**. Serveer de **jackfruitburgers** met de **frieten**, **sla** en de **rest van de mayonaise**.