



Ovengroenten met aardpeer

met pompoenpitsalsa en guacamole



30-40min



2 personen

Aardperen komen uit Noord- en Midden-Amerika en werden ooit gecultiveerd door de Native Americans. De enigszins zoetige knolgroente reisde via de Franse keuken ons land binnen en steekt steeds vaker z'n kop op in winterse gerechten. Vandaag rooster je de aardpeer met spruitjes, winterpeen en aardappel. Erbij een salsa met pompoenpitten en een flinke schep guacamole.

Wat je van ons krijgt

- 500g vastkokende aardappels
- 1x aardpeer
- 2 wortels
- 1x spruitjes
- 1 zakje tex-mexkruiden
- 15g verse kruidenmix: bieslook & platte peterselie
- 1 bosui
- 1 limoen
- 1 zakje pompoenpitten
- 1x veldsla
- 1 bakje guacamole

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie

Kookgerei

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

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 649kcal, vet 29.9g, koolhydraten 75.8g, eiwit 16.6g



1. Groenten voorbereiden

Verwarm de oven voor op 200°C (180°C hetelucht). Snijd de **aardappels** in partjes. Boen de **aardperen** goed schoon en snijd ze in even grote stukjes als de aardappel. Schil evt. **wortels** en snijd ze in 3-4cm lange staafjes. Halveer de **spruitjes**.



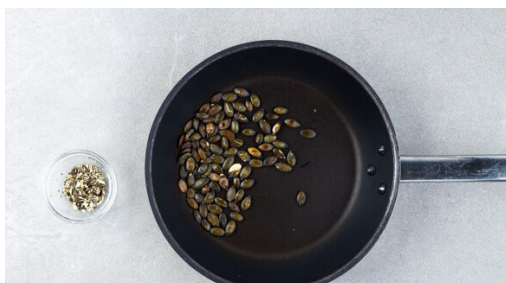
2. Groenten roosteren

Verdeel de **groenten** over een bakplaat met bakpapier en hussel ze om met de **helft van de tex-mexkruiden**, 1el olijfolie en een flinke snuf peper en zout. 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.



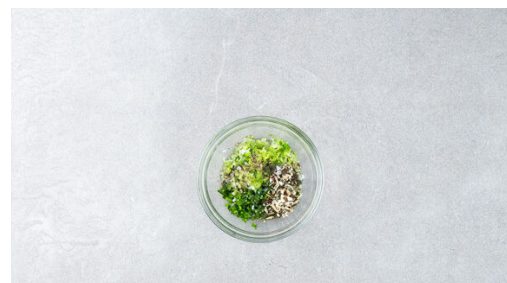
3. Kruiden snijden

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, pers **een limoenhelft** uit en snijd de **ander** in partjes.



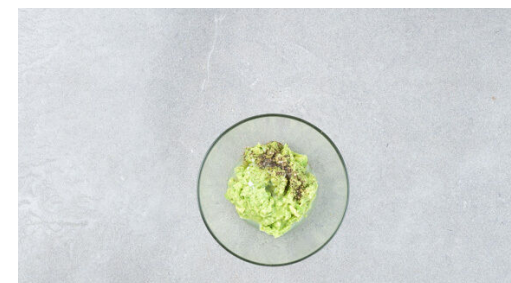
4. Pompoenpitten roosteren

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 het **wit van de 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. Guacamole 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**.