

DINNERLY



Knapperige feta met limoendressing op kleurrijke groenten en basmatirijst



20-30min



2 personen

Knapperige feta? Dat klinkt lekker, maar smelt de kaas niet als je 'm probeert te bakken? Om dat te voorkomen mengen we aromatische kruiden met wat bloem en wentelen daar de feta doorheen. Op die manier paneer je de kaas en komt er een heerlijk korstje op als je 'm in olie bakt. Serveer er zachte rijst en verse groenten bij en je hebt een waar festijn!

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 150g basmatirijst
- 1 rode paprika
- 1 limoen
- 1 krop ijsbergsla
- 1 zakje Mexicaanse kruiden
- 1x feta ⁷

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 1el mayonaise ³
- 1-2el bloem ¹
- peper en zout
- olijfolie

KOOKGEREI

- kleine kookpan met deksel
- grote koekenpan
- keukenrasp
- maatbeker
- zeef

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

ALLERGENEN

gluten (1), eieren (3), melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 625kcal, vet 26.9g, koolhydraten 75.7g, eiwit 19.9g



1. Rijst koken

Breng in een kleine kookpan 300ml licht gezouten water aan de kook. Was de **rijst** in een zeef tot het water helder blijft. Voeg de **rijst** toe aan het kokende water en leg een deksel op de pan. Zet het vuur helemaal laag en laat 10-12min koken tot al het water is opgenomen. Haal de pan van het vuur en laat nog ca. 5min met het deksel erop staan.



2. Groenten voorbereiden

Snij de **paprika** in vieren, verwijder de kern en snij in dunne reepjes. Rasp de **limoen** en pers het **sap** uit. Snij de **ijsbergsla** doormidden en snij **1 helft (of meer)** in dunne reepjes. De rest van de **sla** gebruiken we niet. Meng de **sla** met de **helft van de limoenrasp**, de **helft van het sap** en wat peper en zout. Zet opzij voor straks.



3. Dressing maken

Maak een **dressing** van **1tl Mexicaanse kruiden**, **1tl limoensap**, **2-3tl olijfolie**, **1-2tl water** en **1el mayonaise**. Breng verder op smaak met peper en zout en evt. wat **limoenrasp**. Roer de **rest van het limoensap** door de rijst en kruid met wat peper en zout.



4. Kaas bakken

Snij de **feta** twee keer diagonaal doormidden om er **4 driehoeken** van te maken. Dep droog met keukenpapier. Meng **1-2tl Mexicaanse kruiden** en **1-2el bloem** in een diep bord en wentel hier de **feta** doorheen. Verhit **2-3el olijfolie** in een grote koekenpan. Bak op hoog vuur de **feta** **1-2min** per kant tot 'ie knapperig en goudbruin is.



5. Serveren

Verdeel de **rijst**, **feta** en **groenten** over de borden en bedruip met de **dressing**.



6. Rood-wit-groen

De kleuren van dit gerecht zijn toevallig die van de Mexicaanse vlag. Om dat thema door te trekken kun je er een pittige tomatensalsa of romige guacamole bij serveren – dat gaat verrassend goed samen met de rijst en de knapperige feta!