

DINNERLY



Caprese sandwich met tomaten en mozzarella

met geroosterde balsamico-courgette



ca. 30min



2 personen

De insalata caprese is een absolute favoriet van de Italiaanse keuken. Eenvoudig, lekker en kleurrijk. Hussel wat mozzarella, basilicum, tomaat en balsamico door elkaar en klaar ben je! Het mooie van de caprese is dat je er goed mee kunt experimenteren: caprese pizza, caprese pasta, enzovoorts. Of een caprese sandwich, zoals vandaag. Als echte Dinnerly-twist maken we er geroosterde balsamico-courgette bij – da's pas origineel.

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 1 courgette
- 2 baguettes¹
- 1x balsamicocrème¹²
- 2 tomaten
- 2 bollen mozzarella⁷
- 15g verse basilicum

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 1 teen knoflook
- peper en zout
- olijfolie

KOOKGEREI

- oven
- bakplaat met bakpapier
- evt. ovenrek

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

ALLERGENEN

gluten (1), melk (7), zwaveldioxide en sulfieten (12). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 821kcal, vet 42.6g, koolhydraten 72.2g, eiwit 37.9g



1. Courgette voorbereiden

Verwarm de oven voor op 220°C (200°C hetelucht) – haal eerst de bakplaat eruit. Snij de **courgette** in plakken van ca. 1cm dik. Meng de **plakken** met 1el olijfolie en een flinke snuf zout en verdeel ze over een bakplaat met bakpapier. Pel 1 teen knoflook en snij 'm heel fijn, of gebruik een knoflookpers. Roer de knoflook door 2el olijfolie met een snuf zout en zet opzij voor straks.



2. Brood en courgette bakken

Snij de **baguettes** doormidden en leg ze (nog dichtgeklapt) naast de **courgette** of op een ovenrek. Bak de **baguettes** en **courgette** ca. 4min in de oven. Haal dan de **baguettes** eruit en draai de **plakken courgette** om.



3. Knoflook en balsamico

Bestrijk de **baguettes** aan de binnenkant met de **knoflookolie**. Leg ze opengeklapt weer in de oven en bak nog eens 4min tot de **baguettes** knapperig zijn en de **courgette** bruin wordt. Meng de **courgette** met de **balsamicocrème** en een snuf zout.



4. Ingrediënten voorbereiden

Snij de **tomaten** doormidden, verwijder de harde kern en snij het vruchtvlees in dunne plakken. Laat de **mozzarella** uitlekken en snij ook in dunne plakken. Pluk de **basilicumblaadjes**. (Gooi de stengels niet weg – zie de tip in stap 6!)



5. Sandwich beleggen

Beleg de **baguettes** met de **tomaat** en **mozzarella** en bestrooi met de **basilicum** en een snuf peper en zout. Serveer de **caprese sandwiches** met de **geroosterde courgette**



6. Creatief met restjes

De steeltjes van de basilicum zitten propvol aroma. Bewaar ze in de koelkast en snij ze klein voor de volgende pastasaus. Of pureer ze met wat olijfolie en je hebt zelf basilicumolie gemaakt! De mogelijkheden zijn eindeloos.