Italiaans gevuld pitabroodje

Met rundergehakt, tomaat-pestosalade en bataatfrietjes

CATEGORIE...
Kruiden! Noem er om de beurt een. Wie als laatst overblijft mag bepalen wat er morgen op tafel staat!

- Bataat
- Gedroogde rozemarijn
- Volkoren pitabrood
- Tomaat ❄
- Groene pesto ❄
- Italiaans gekruid rundergehakt ❄
- Gemengde sla ❄

Totaal: 25 min.
Quick & Easy
Gemakkelijk
Family
Eet binnen 3 dagen

Met ingrediënten als Italiaans gekruid rundergehakt, groene pesto en rozemarijn is dit gerecht een Italiaanse variant van het alom bekende broodje shoarma. Makkelijk én gezellig: zet de verschillende onderdelen van het gerecht op tafel, dan kan iedereen zijn eigen broodje maken.

BEGIN GOED

BENODIGDHEDEN
Bakplaat met bakpapier, **saladekom** en **koekenpan**.
Laten we beginnen met het koken van de **Italiaans gevuld pitabroodje.**

1 VOORBEREIDEN

Verwarm de oven voor op 220 graden. Weeg de **bataat** af, was of schil hem en snijd in repen van 1 cm dik.

2 BATAAT BAKKEN

Verdeel de **bataat** over een bakplaat met bakpapier, meng met de **rozemarijn** en de helft van de olijfolie en breng op smaak met peper en zout. Bak 18 – 20 minuten in de oven, of tot de **bataat** gaar is. Schep halverwege om.

3 PITA'S BAKKEN

Besprenkel de **pitabroodjes** met water en verwarm de laatste 5 minuten bij de **bataat** in de oven of rooster in een broodrooster.

★**TIP:** Je onvangt meer pitabroodjes dan je nodig hebt in dit recept. Grote trek? Verwarm dan alle broodjes mee in stap 3.

4 SALADE MAKEN

Snijd ondertussen de **tomaat** in plakken en meng met de **pesto** in een saladekom.

5 GEHAKT BAKKEN

Verhit een koekenpan op middelhoog vuur met de overige olijfolie en bak het **rundergehakt** in 5 minuten los. Meng daarna met de **tomaat-pestosalade** en de witte balsamicoazijn en breng op smaak met peper en zout.

6 SERVEREN

Verdeel de **pitabroodjes** over de borden. Laat iedereen aan tafel zelf de **pitabroodjes** beleggen met **gehakt-tomaatsalade** en de **gemengde sla**. Serveer met de **bataat**.

1-6 PERSONEN
INGREDIËNTEN

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Bataat (g)	200	400	600	800	1000	1200
Gedroogde rozemarijn (tl)	1	2	3	4	5	6
Volkoren pitabrood (st) 1)	1	2	3	4	5	6
Tomaat (st) ❄	2	3	4	5	6	7
Groene pesto (g) 7) 8) ❄	20	40	60	80	100	120
Italiaans gekruid rundergehakt (g) ❄	100	200	300	400	500	600
Gemengde sla (g) 23) ❄	40	60	80	120	140	160
Olijfolie* (el)	1	1	2	2	3	3
Witte balsamicoazijn* (tl)	1	2	3	4	5	6
Peper & zout*	naar smaak					

*Zelf toevoegen | ❄ in de koelkast bewaren

VOEDINGSWAARDEN	PER PORTIE	PER 100 g
Energie (kJ/kcal)	3770 / 901	644 / 154
Vet totaal (g)	43	7
Waarvan verzadigd (g)	11,3	1,9
Koolhydraten (g)	85	15
Waarvan suikers (g)	17,8	3,0
Vezels (g)	10	2
Eiwit (g)	39	7
Zout (g)	1,2	0,2

ALLERGENEN

1) Gluten 7) Melk/lactose 8) Noten
Kan sporen bevatten van: 23) Selderij

Wij horen graag wat jij van HelloFresh vindt. Bel of mail ons gerust of neem contact op via onze social-mediakanalen.

#HelloFresh

Een culinaire vraag tijdens het koken? Stuur tussen 16:00 - 21:00 uur een gratis WhatsApp-bericht naar **+31 (0) 6 2727 3232** (NL) of **+32 0486 70 35 29** (BE).

HelloFRESH