



# NAANPIZZA MET RUNDERMERQUEZ, RICOTTA EN SALIE

met courgettesalade



Rundermerguezworstje \*



Naanbrood



Passata



Verse munt & salie \*



Ricotta \*



Geraspte oude kaas \*



Courgette \*



Rode peper \*

Totaal: **25** min.

Gemakkelijk

Eet binnen **5** dagen

Drukke dag of weinig tijd? Deze naanpizza staat zó op tafel. Dat doet overigens niks af aan de smaak – de stevige smaak van de gekruide rundermerguezworstjes vormt een mooie combinatie met de milde ricotta. Je bent vast gewend om courgette te bakken, maar in de salade gebruik je rauwe courgette. Hartstikke lekker én omdat je de groente niet verhit, blijven alle vitamines en mineralen bewaard.

# BEGIN — GOED

## BENODIGDHEDEN

Koekenpan, bakplaat met bakpapier, dunschiller en saladekom.

Laten we beginnen met het koken van de **naanpizza met rundermerquez, ricotta en salie**.



## 1 BAKKEN

Verwarm de oven voor op 200 graden. Snijd de **rundermerquez** open, haal het vlees eruit en gooi het omhulsel weg. Verhit ½ el olijfolie per persoon in een koekenpan op middelhoog vuur en bak het vlees uit de worst in ongeveer 5 minuten los. Het **gehakt** moet net gaar en nog zacht zijn ★.

★ **TIP:** Bak het vlees niet te lang – anders wordt het droog als je het later in de oven bakt.



## 4 SCHAVEN EN SNIJDEN

Schaaf ondertussen de **courgette** met een dunschiller in de lengte in dunne linten. Verwijder de zaadlijsten van de **rode peper** en snijd de **rode peper** fijn. Ris de blaadjes **mint** van de takjes en snijd fijn.



## 2 VOORBEREIDEN

Leg ondertussen het **naanbrood** op een bakplaat met bakpapier. Verdeel de **passata** over het **naanbrood**. Ris de blaadjes **salie** van de takjes en snijd in dunne reepjes.



## 5 SALADE VOORBEREIDEN

Meng in een saladekom per persoon ½ el extra vierge olijfolie en ½ el witte balsamicoazijn met peper en zout tot een dressing. Meng de dressing met de **courgette**, **mint** en **rode peper** ★★.

★★ **TIP:** Eet je met kinderen? Laat de rode peper dan achterwege, of maak een aparte saladekom zonder peper voor de kinderen.



## 3 PIZZA'S BELEGGEN

Verdeel het **gehakt** over de naanpizza's. Schep met een theelepel klein dotjes **ricotta** op de pizza's. Bestrooi met de **salie** en daarna met de **geraspte oude kaas**. Bak de naanpizza's 8 – 10 minuten in de oven, of tot ze knapperig zijn.



## 6 SERVEREN

Snijd de naanpizza's in stukken en leg op de borden. Serveer met de courgettesalade.

# 1-6 PERSONEN — INGREDIËNTEN

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Rundermerguezworstje (st) *	1	2	3	4	5	6
Naanbrood (st) 1) 7)	1	2	3	4	5	6
Passata (pak)	¼	½	¾	1	1½	1½
Verse munt & salie (g) *	5	10	15	20	25	30
Ricotta (g) 7) *	50	100	150	200	250	300
Geraspte oude kaas (g) 7) *	15	25	40	50	65	75
Courgette (st) *	½	1	1½	2	2½	3
Rode peper (st) *	¼	½	¾	1	1¼	1½
Zelf toevoegen						
Olijfolie (el)	½	1	1½	2	2½	3
Extra vierge olijfolie (el)	½	1	1½	2	2½	3
Witte balsamicoazijn (el)	½	1	1½	2	2½	3
Peper & zout	naar smaak					

\* in de koelkast bewaren

VOEDINGSWAARDEN	PER PORTIE	PER 100 g
Energie (kJ/kcal)	3768 / 901	691 / 165
Vet totaal (g)	43	8
Waarvan verzadigd (g)	14,6	2,7
Koolhydraten (g)	76	14
Waarvan suikers (g)	18,4	3,4
Vezels (g)	6	1
Eiwit (g)	47	9
Zout (g)	2,1	0,4

## ALLERGENEN

1) Glutenbevattende granen 7) Melk/lactose

📌 **TIP:** Let jij op je calorie-inname? Gebruik dan ½ rundermerquez per persoon. De overige worst kun je de volgende dag aan je lunch of avondmaaltijd toevoegen. Doe hem bijvoorbeeld op brood, of snijd hem in stukjes en meng door een salade of pasta.

Wij horen graag wat jij van HelloFresh vindt. Neem gerust contact op via de website of via onze social-mediakanalen.

