



PITTIGE THAISE HAMBURGER MET LIMOENMAYONAISE

Met paksoi en bataatfrietten uit de oven



ESPIGA TINTO

Deze wijn uit de Portugese regio Alenquer is gemaakt van typisch inheemse druivenrassen. Het is een volle, dieprode wijn met soepele tannines en aangename tonen van specerijen door gedeeltelijke rijping op eikenhout.



Bataat



Sesamzaad



Verse koriander *



Rode ui



Paksoi *



Sojasaus



Limoen



Mayonaise *



Thais gekruide half-om-half burger *



Witte hamburgerbol

Totaal: 30-35 min.

Gemakkelijk

Eet binnen 3 dagen

Een Amerikaanse klassieker in een Thais jasje: deze burger is op smaak gebracht met ingrediënten uit de Thaise keuken als citroengras en laos. Samen met de frizure limoenmayonaise waan jij je met deze licht pittige burger in exotische sferen. Voeg daar de zoete bataat en zoute soja aan toe en jouw maaltijd wordt een feestje van verschillende smaken.

BEGIN — GOED

BENODIGDHEDEN

Bakplaat met bakpapier, wok of hapjespan, kleine kom en koekenpan.

Laten we beginnen met het koken van de **pittige Thaise hamburger met limoenmayonaise**.



1 BATAATFRIETEN MAKEN

Verwarm de oven voor op 220 graden. Schil de **bataat** en snijd in dunne frieten van 1 cm dik. Verdeel de **bataat** over een bakplaat met bakpapier en meng goed met de helft van de olijfolie en het **sesamzaad**. Breng op smaak met peper en zout en bak de **bataat** 25 – 30 minuten in de oven, of tot de **bataatfrieten** gaar zijn. Schep halverweg om. Bak de laatste 4 – 5 minuten de **hamburgerbol** mee.



4 LIMOENMAYONAISE MAKEN

Pers ondertussen de **limoen** uit. Meng in een kleine kom ½ tl **limoensap** per persoon met de **mayonaise** ★★, voeg eventueel meer **limoen** toe wanneer je van zuur houdt. Snijd de **koriander** grof.

★ **TIP:** Heb je nog sojasaus over? Je kunt deze door de limoenmayonaise roeren. Let wel op dat het niet te zout wordt.



2 UI EN PAKSOI SNIJDEN

Snijd ondertussen de **rode ui** in halve ringen. Verwijder de steelaanzet van de **paksoi**. Snijd de stelen van de **paksoi** klein, houd 1 groen blad per persoon apart en snijd de rest van het groen fijn. Bewaar het wit en het groen apart van elkaar.



5 HAMBURGER MAKEN

Verhit de roomboter in een koekenpan op middelhoog vuur en bak de **hamburger** in 2 – 3 minuten per kant gaar. Besmeer de **hamburgerbol** met een laagje **limoenmayonaise**, beleg met een groen blad van de **paksoi** en leg daarop de **hamburger**. Bestrooi met **koriander** en dek af met de andere helft van het **broodje**.

★★ **TIP:** Wil je de mayonaise wat extra pit geven, meng er dan ¼ tl sambal per persoon door.



3 UI EN PAKSOI BAKKEN

Verhit de overige olijfolie in een wok of hapjespan en fruit de **rode ui** 2 – 3 minuten op middelhoog vuur. Voeg het **wit** van de **paksoi** toe en bak nog 4 – 6 minuten. Voeg vervolgens de fijngesneden **groene bladeren** en 1 tl **sojasaus** per persoon toe ★ en roer door tot de bladeren geslonken zijn. Breng eventueel verder op smaak met peper en zout (let wel op: de **sojasaus** is al vrij zout).



6 SERVEREN

Servere de **Thaise burgers** met de **bataatfrieten**, de gewokte **paksoi** en de overige **limoenmayonaise**.

📌 **TIP:** Dit gerecht is calorierijk. Het aantal calorieën kun je beperken door de helft van de limoenmayonaise en bataat te serveren. Het gerecht bevat dan 838 kcal, 14 g vet, 71 g koolhydraten, 7 g vezels, 35 g eiwitten en 1,9 g zout

1-6 PERSONEN — INGREDIËNTEN

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Bataat (g)	150	300	450	600	750	900
Sesamzaad (g) 11) 19) 22)	5	10	15	20	25	30
Verse koriander (takjes) 23) *	2	4	6	8	10	12
Rode ui (st)	½	1	1½	2	2½	3
Paksoi (st) *	½	1	1½	2	2½	3
Sojasaus (ml) 1) 6)	5	10	15	20	25	30
Limoen (st)	¼	½	¾	1	1¼	1½
Mayonaise (g) 3) 10) 19) 22) *	25	50	75	100	125	150
Witte hamburgerbol (st) 1) 7) 11) 13) 17) 20) 22)	1	2	3	4	5	6
Thais gekruide half-om-half burger (100 g) *	1	2	3	4	5	6
Olijfolie* (el)	1	2	3	4	5	6
Roomboter* (el)	½	½	1	1	1½	1½
Peper & zout*	naar smaak					

*Zelf toevoegen | * in de koelkast bewaren

VOEDINGSWAARDEN	PER PORTIE	PER 100 g
Energie (kJ/kcal)	4167 / 996	735 / 176
Vet totaal (g)	61	11
Waarvan verzadigd (g)	15,3	2,7
Koolhydraten (g)	87	15
Waarvan suikers (g)	18,6	3,3
Vezels (g)	9	2
Eiwit (g)	36	6
Zout (g)	2,0	0,4

ALLERGENEN

1) Gluten 3) Eieren 6) Soja 7) Melk/lactose 10) Mosterd 11) Sesam 13) Lupine

Kan sporen bevatten van: 17) Eieren 19) Pinda's 20) Soja 22) Noten 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).

www.hellofresh.nl
www.hellofresh.be

WEEK 18 | 2018

