



PLATBROODPIZZA MET KIPGYROS

Met rode kool en paprika



RODE KOOL

Eigenlijk is deze veelzijdige kool eerder paars dan rood van kleur. Pas als je hem kookt met ingrediënten die wat zuur zijn, zoals appel of azijn, kleurt de kool rood.



Rode paprika ✨



Rode ui



Kipgyros ✨



Tomatenpuree



Gedroogde tijm



Libanese platbrood



Geraspte oude kaas ✨



Geschaafde rode kool ✨

Totaal: 20-25 min. Quick & Easy

Supersimpel

Eet binnen 3 dagen

Met platbrood als bodem en een verrassende combinatie van ingrediënten erop als topping, is deze pizza net even anders dan anders. De rode kool zorgt niet alleen voor een prachtige paarse kleur, maar past aangemaakt met een frisoete dressing ook perfect bij de kruidige kipgyros.

BEGIN — GOED

BENODIGDHEDEN

Koekenpan, kleine kom, bakplaat met bakpapier en kom.

Laten we beginnen met het koken van de **platbroodpizza met kipgyros**.



1 VOORBEREIDEN

Verwarm de oven voor op 200 graden. Snijd de **rode paprika** in kleine blokjes en snipper de **rode ui**. Snijd eventuele grote stukjes **kipgyros** in tweeën.



2 KIPGYROS BAKKEN

Verhit de zonnebloemolie in een koekenpan op middelhoog vuur en bak de **kipgyros** 2 – 3 minuten. De **kipgyros** hoeft nog niet helemaal gaar te zijn.



3 TOMATENSAUS MAKEN

Meng ondertussen in een kleine kom de **tomatensaus** met 2 el water per persoon, de **gedroogde tijm** en ½ tl zwarte balsamicoazijn per persoon. Roer tot een gladde saus en breng op smaak met peper en zout.



4 PLATBRODEN BELEGGEN

Leg de **Libanese platbroden** op een bakplaat met bakpapier en besmeer ze met de **tomatensaus**. Beleg de **platbroden** met de **rode ui**, de **rode paprika** en de **kipgyros**. Schenk het bakvet van de **kipgyros** over de pizza's. Bestrooi met de **geraspte oude kaas** en bak de **platbroodpizza's** 7 – 9 minuten in de oven, of totdat ze knapperig zijn.



5 RODE KOOL AANMAKEN

Meng ondertussen in een kom de honing, extra vierge olijfolie, overige balsamicoazijn en peper en zout tot een dressing. Voeg de geschaafde **rode kool** toe en schep goed om.



6 SERVEREN

Verdeel de **platbroodpizza's** over de borden en verdeel de **rode kool** over de pizza's.

1-6 PERSONEN — INGREDIËNTEN

| | 1P | 2P | 3P | 4P | 5P | 6P |
|--------------------------------|------------|-----|-----|-----|-----|-----|
| Rode paprika (st) * | ½ | 1 | 1½ | 2 | 2½ | 3 |
| Rode ui (st) | ¼ | ½ | ¾ | 1 | 1¼ | 1½ |
| Kipgyros (120 g) * | 120 | 240 | 360 | 480 | 600 | 720 |
| Tomatensaus (blik) | ½ | 1 | 1½ | 2 | 2½ | 3 |
| Gedroogde tijm (tl) | ½ | 1 | 1½ | 2 | 2½ | 3 |
| Libanees platbrood (st) 1) | 2 | 4 | 6 | 8 | 10 | 12 |
| Geraspte oude kaas (g) 7) * | 40 | 75 | 100 | 125 | 150 | 175 |
| Geschaafde rode kool (g) 23) * | 100 | 200 | 300 | 400 | 500 | 600 |
| Zonnebloemolie* (el) | ½ | 1 | 1½ | 2 | 2½ | 3 |
| Zwarte balsamicoazijn* (tl) | 1½ | 3 | 4½ | 6 | 7½ | 9 |
| Honing* (tl) | ½ | 1 | 1½ | 2 | 2½ | 3 |
| Extra vierge olijfolie* (el) | ¼ | ½ | ¾ | 1 | 1¼ | 1½ |
| Peper & zout* | naar smaak | | | | | |

* Zelf toevoegen | * in de koelkast bewaren

VOEDINGSWAARDEN PER PORTIE PER 100 g

| | PER PORTIE | PER 100 g |
|-----------------------|------------|-----------|
| Energie (kJ/kcal) | 3594 / 859 | 669 / 160 |
| Vet totaal (g) | 35 | 7 |
| Waarvan verzadigd (g) | 13,7 | 2,6 |
| Koolhydraten (g) | 84 | 16 |
| Waarvan suikers (g) | 15,9 | 3,0 |
| Vezels (g) | 13 | 2 |
| Eiwit (g) | 47 | 9 |
| Zout (g) | 1,8 | 0,3 |

ALLERGENEN

1) Gluten 7) Melk/lactose

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.



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).