



# Italiaanse pitabroodjes gevuld met rundergehakt

Met tomaat-pestosalade, ijsbergsla en bataat.



## L'AURÉOLE ROUGE

L'Auréole is een Zuid-Franse wijn gemaakt van 100% merlot. Lekker soepel en fruitig, en licht gekoeld perfect bij deze Italiaanse pitabroodjes.



Bataat



Gedroogde rozemarijn



Volkoren pitabroodjes



Tomaat



Groene pesto Genovese \*



Italiaans gekruid rundergehakt \*



Ijsbergsla & veldsla \*



Totaal: 20-25 min.



Original



Gemakkelijk



Quick & Easy



Eet binnen 3 dagen



Family

Door de combinatie van Italiaans gekruid rundergehakt, groene pesto en rozemarijn is dit gerecht een Italiaanse variatie op het broodje shoarma. Zet alle ingrediënten los op tafel zodat ieder zijn eigen broodje kan vullen.

# BEGIN — GOED

## BENODIGDHEDEN

Bakplaat met bakpapier, saladekom en koekenpan.

Laten we beginnen met het koken van de **Italiaanse pitabroodjes gevuld met rundergehakt**.



### 1 VOORBEREIDEN

Verwarm de oven voor op 220 graden. Schil de **bataat** en snijd in repen van 1 cm dik.



### 2 BATAAT IN DE OVEN

Verdeel de **bataat** over een bakplaat met bakpapier en meng met de **rozemarijn**, de helft van de olijfolie, peper en zout. Bak 12 – 15 minuten in de oven, of totdat de **bataat** gaar is. Schep halverwege om.



### 3 PITABROODJES BAKKEN

Besprenkel ondertussen het **pitabrood** met water en verwarm de laatste 5 minuten bij de **bataat** in de oven of in een broodrooster.



### 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 en bak het **rundergehakt** met de overige olijfolie in 5 minuten los. Meng daarna met de **tomaat-pestosalade** 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 het **tomaat-pesto-gehaktmengsel** en de **ijsbergsla & veldsla**. Serveer met de **bataat**.

#### ★ TIP

Heb je nog gehakt over? Vul dan het overige pitabroodje de dag erna met gebakken gehakt, lekker als lunch. Of toast het pitabrood in de broodrooster met gesmolten kaas.

## 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 pitabroodjes (st) 1)	1	2	3	4	5	6
Tomaat (st)	2	3	4	5	6	7
Groene pesto Genovese (g) 7) 8) *	40	80	120	160	200	240
Italiaans gekruid rundergehakt (g) *	100	200	300	400	500	600
Ijsbergsla & veldsla (g) 23) *	40	60	80	120	140	160
Olijfolie* (el)	1	1	2	2	3	3
Peper & zout*	naar smaak					

\*Zelf toevoegen | \* in de koelkast bewaren

VOEDINGSWAARDEN	PER PORTIE	PER 100 g
Energie (kJ/kcal)	3958 / 946	773 / 185
Vet totaal (g)	48	9
Waarvan verzadigd (g)	12,3	2,4
Koolhydraten (g)	85	17
Waarvan suikers (g)	15,9	3,1
Vezels (g)	9	2
Eiwit (g)	40	8
Zout (g)	1,5	0,3


#### 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).

www.hellofresh.nl

www.hellofresh.be

WEEK 36 | 2017

